HEILZAME



HEILZAME
RAADGEVING
VOOR DE
GELEERDEN,
in 't gemeen;

En, inzonderheid, voor de

PREDIKANTEN,
PROPONENTEN,
En alle andere

GODGELEERDEN,
EN

OPENBARE SPREKERS;

Om, voor, in, en na, de waarneming hunner *Ampten*, op hunne GEZONDHEID, behoorlyk, acht te geven, en dezelve te bevorderen;

Door den

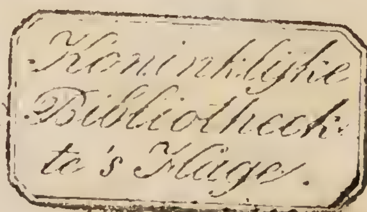
SCHRYVER van den ARTS.

Uit het *Hoogduitsch* vertaald, en met een *Aanhangzel* van verscheiden nuttige *Voorschriften* van *Huismiddelen* in *velerlei Gevallen*, voor die ten *platten Lande* woonen, vermeerderd.

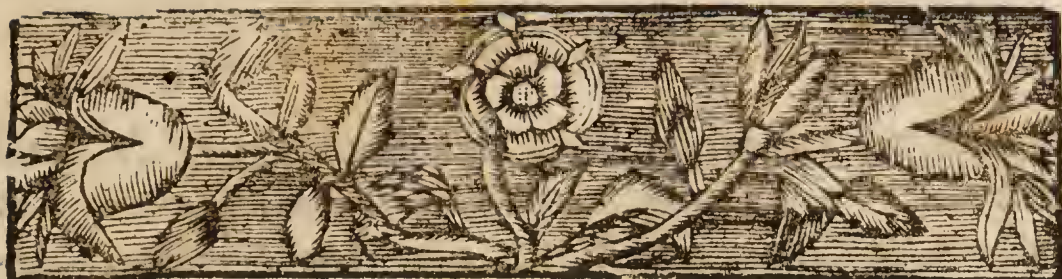


Te UTRECHT,
By G. v. d. BRINK, *Jansz*, Boekverkooper op den hoek van de Vischmarkt, by 't Stadhuis. 1770.









VOORBERICHT.



Het gebied van den Geneesmeeſter grenſt zoo digt aan dat van den Godgeleerden, dat men, met genoegzame zekerheid, kan beweeren, dat zy, willenze beiden hunne gewigtige Ampten behoorlyk en in gemoede waarnemen, 'er op moeten verdacht zyn, om den welſtand van het Menſchelyk Geſlacht, met vereenigde krachten te bevorderen. By hunne bemoeijingen hebben zy eenerlei Inzichten en Oogmerken. De Geeſtelyke tracht de dubbende Ziele te onderſteunen, en hare krankheden te genezen, en de Arts bevlytigt zig om het kwynende Lichaam op te beuren, en deszelfs kwalen te herſtellen. Heeft de Bedienaar van het Godlyk Woord des Menſchen Ziele met waare vergenoezaamheid vervuld, zoo wordt de Geneesheer hier door in ſtaat geſteld, om, met te meerder moeite de Lichamelyke Gebreken te hulpe te komen en weg te nemen; en wanneer de ſmertelyke gewaarwordingen, die het Lichaam ontruſten verzacht zyn, zoo is de Ziel dies te meer bekwaam, om de alles overtreffende Vertrooſtingen van 't Euangelie, in derzelver waare kracht, te gevoelen. Dit heeft men aan den beurtsgewyzen, en zonderlingen invloed van de Ziele op 't

Lichaam, en weder van het Lichaam op de Ziele te wyten. De Godgeleerden *moeten derhalven, zoo wel als de* Geneesmeesters, *voor onontbeerlyke Medeleden van het Gemeenebest en den Burgerstaat gehouden worden, om dat de eersten geschikt zyn of 'er zich op dienen toe te leggen, om den Burgeren gezonde en redelyke begrippen in te planten, en hen te onderrichten, hoe zy, op eene deugdzame wyze, en naar gemoede, ten beste van Ziele en Lichaam te handelen hebben; terwyl de anderen door hunne Kunst aan den zelven het vermogen byzetten, om hunne krachten, ten algemeenen beste, zoo lange wel te besteden, als het der Godlyke Voorzienigheid, in hare Wysheid, welbehaagt; zoo dat de Allerhoogste Regeerder der Waereld hen beiden tot Huishouderen en Bedeelderen van zyne menigvuldige Gaven aengesteld heeft, om dezelven naar vereisch van de behoeften der genen, die hunne zorge zyn aanbevolen, wel en wysselyk, uit te deelen. Tevens ligt hun de groote pligt op, om getrouwlyk en voorzigtiglyk zich, in 't volbrengen der algemeene en byzondere stukken van hun Ampt, te gedragen. Want zy moeten de rechtvaardige Opperheerschappy van den* Allerhoogsten GENEESHEER *over zich erkennen, als die eens van hun de naauwkeurigste rekenschap zal afeischen; en het bloed hunner Medemenschen hier na van hun zal invorderen, indien zy door hunne schuld of verzuim, hunnen naar Gods beeld geschapen Medemensch verwaarloosd hebben. Eene vreeslyke gedachte in der daad, welke in staat is, om den* Godgeleerden *te bewegen, dat hy toch vlytiglyk zorge drage, om geenen Ziels-moord aan zynen Broeder te begaan, en welke te gelyk alle de toezigt van den* Geneesmeester *vereischt, om geduu-*

rig-

riglyk, en door allerlei middelen, het Leven van zynen Naaſten te redden of te beveiligen, ten einde zy beiden dus een vry geweten bewaren, en zich zelven geruſt ſtellen mogen, dat zyn dood, op geenerlei wyze, door hunne ſchuld kan bevorderd zyn.

Hoofdzaaklyk komen Godgeleerden *daar in met de* Geneesmeeſteren *over een, dat zy met de Zieken moeten omgaan, hen bezoeken, vertrooſten, en, door hunne tegenwoordigheid, voorzigtige behandeling, en allerhande dienſtige middelen, de gebreken der Menſchen, trachten te helpen, te verzachten, of weg te nemen: Hun bezoek, byzyn en aanſpraak moet derhalven altoos voor den zwakken, zukkelenden, ouden, en trooſtbehoevenden Menſche, ten hoogſten verkwiklyk en opbeurende zyn, en hunne liefde op haren behoorlyken prys geſchat worden. Hier van kan men, zelfs uit de oudſte tyden, de duidelykſte bewyzen bybrengen, en doen zien met welk een roem de aloude Artzen en Godgeleerden zich hebben laten gelegen zyn, aan de zorge der bewaring van de Gezondheid der Menſchen. Wien onder ons is 't ook onbekend, dat het den Genaderyken* GOD, *onder de Huishouding van het Oude Verbond, behaagd hebbe, aan de Prieſteren de volſtrekte magt te geven, om zekere Ziekten te beoordeelen? Gelyk over al in de Melaatsheid der* Jooden *plaats hadt; terwyl de Propheten zelven ſomwyl het ampt van Geneesmeeſteren hebben waargenomen; zoo als uit het voorbeeld van* ELISA *omtrent* Naaman, *den* Syrier, *en van* JESAIA *ten aanziene van den Koning* Hiskia, *blykt. In het N. Verbond zien wy ook den Grondlegger van het zelve niet alleen, maar te gelyk zyne uitverkoo-*

rene Getuigen, door het opleggen der Handen, en door het spreken slegts van eenige Woorden, de Menschen van de gevaarlykste toevallen onthef-fen, en op eene wonderbare wyze gezond maken; zynde in deze wonder-genezingen een heerlyk voor-recht van de eerste tyden des Christendoms *gele-legen, door 't welke de Waarheid van den* Christelyken Godsdienst *bevestigd en de Kerke van* CHRISTUS *wel gegrond en bekragtigd moest worden.*

Nog een ander bewys van 't naauwe verband, waar in de Godgeleerden met de Geneesmeesters staan, was daar uit af te leiden, dat JESUS *Apostelen, als de algemeene Zedeleeraars van het Menschelyke Geslacht, de voortreffelykste Regelen ter bewaring of herstelling der Gezondheid hier en daar in hunne Schriften hebben aangeteekend, waar door zy te gelyk bewezen hebben, dat, als men zyn harte aan den* Christelyken *Godsdienst vasthecht, en 'er zyn leven naar inricht, men teffens verpligt zy, voor de onderhouding en be-waring van zyne Gezondheid zorge te dragen.*

Hierom heeft men, met recht, de Leeraars niet alleen van ouds her den naam van Ἰατροὺς, *maar ook dien van* Θεραπευτὰς τῶν ψυχῶν, *of* Genees-meesteren der Zielen *toegeeïgend, naardien zy zich van plaatse tot plaatse begaven om de moeilykste en gevaarlykste Ziekten der Ziele te genezen.*

Maar hoe groot ook het Verband der Artzen *met de* Godgeleerden *wezen mag, zoo leert de be-vinding toch dat de Ziekten deze laatsten geens-zins spaaren, maar van alle kanten komen aan-klampen en bestormen, waarom ik, uit liefde*

tot

tot hunnen welstand, eenige heilzame Regelen ten beste van hunne Lichamelyke gesteldtenisse hier wel heb willen opgeven; in hope dat dit myn goed oogmerk, uit eene zuivere bron voortkomende, eenigen hunner van dienst en nut zal mogen zyn; dewyl velen derzelven dikwerf ten platten Lande zoo verre van de Steden af geplaatst zyn, datze onmogelyk zich de hulpe van eenen Arts kunnen verzorgen. [Hierom heeft ook de Nederduitsche Vertaler, in een Aanhangzel, verscheide Huismiddelen opgegeven, welke in vele kwalen, daar eene spoedige hulpe noodig is, van dienst kunnen zyn; en welken men zich, als tot eene kleine Huis-Apotheek, *kan doen verzorgen.*]

's Is waar, ik ben de eerste niet, die op dit onderwerp gevallen ben, en 't is bekend dat de Hr. E. H. WEDELIUS *in 't* Latyn, *in een klein Tractaatje over de Ziekten der Predikanten; en de Hr.* TISSOT *in eene Verhandeling wegens de Gezondheid der Geleerden in 't gemeen, 't een en 't ander te boek gezet, en 'er velen lof door behaald hebben; doch 't is teffens zichtbaar genoeg, dat ik, in dit myn kort Vertoog, eene gantsch andere orde volge, dan die beroemde Mannen gedaan hebben; en dat ik myne beschouwingen enkel bepale tot de verscheide Amptsverrichtingen der* Predikanten, *en aanwyze, hoe men de kwade gevolgen voorkomen, of, als zy 'er reeds zyn, weder verdryven konne. Ik zal derhalven zeer wel te vreden zyn, indien myne geringe bemoeijing iets kan toebrengen tot de onderhouding en bevestiging van de Gezondheid dergenen, die, met alle getrouwheid, voor het heil van onze Zielen waken; en wier pligt het is, om, by en on-*

onder het voeren van hun bezwaarlyk Ampt, niet te vergeten, wat zy zich zelven en hunne Gemeente ſchuldig zyn, als die zoo wel hierom, als om het verzuim in dezen, eens ter verantwoording geſteld zullen worden.

Dat zy derhalven dezen mynen arbeid ten goede opnemen, en 'er een behoorlyk gebruik van maken, zoo wel als een gunſtig en oprecht oordeel over vellen mogen, gelyk mede over den Schryver, om deszelfs pryswaardig oogmerk, dus te helpen bevorderen; is de bede, hope en verwachting van hunnen welwenſchenden Vriend

DEN ARTZ.

RAADGEVING
AAN DE
GODGELEERDEN,
PREDIKANTEN,
EN
STUDENTEN, enz.

Ten aanziene van de GEZONDHEID.

INLEIDING.



E Kunst, om een ontzaglyk en geducht heirleger van kwalen, welk onze Lichamen omringt en nadert, of te verstrooijen, of van zich te verwyderen, en onze dierbare en gewenschtte gezondheid te onderhouden, en te bevestigen, berust voornaamlyk, naar het eenparig getuigenis van alle Geneesheeren, in en op het behoorlyk gebruik van de zoogenaamde niet natuurlyke dingen, welken bestaan, in de Lucht, de Spyze en Drank, de Beweging en Rust, het Slapen en Waken, en het Aanvullen en Ontlasten, benevens in het wel regelen en bestieren der Driften en Gemoedsbewegingen.

Eene langduurige Bevinding, welke even onbedrieglyk is, als de ſchranderſte en billykſte Redensbeſluiten, heeft al van oudsher beveſtigd, dat eene zorgvuldige achtgeving op, en eene juiſte waarneming van deze dingen, onze Gezondheid duurzamer dan anders mogelyk is, kan maken, of 't welk het zelfde is, dat dezelven onze Lichamen in zulken toeſtand ſtellen, waar door derzelver vaſte en vloeibare deelen in een eenparig evenwigt behouden worden. Thans, daar ik voornemens ben eenige Levensregelen, ten nutte en beſte van de Gezondheid, aan de Godgeleerden, Predikanten en Studenten voor te ſchryven, zoude ik zeer gevoegelyk, en zonder dat men iets met reden daar tegen konde inbrengen, myn voorſtel derwyze kunnen inrichten, dat ik, naar de aanwyzing der opgenoemde dingen, myne gedachten in zes verſchillende Afdeelingen, over dezelven ter neder ſtelde: dan, het koomt my voegzamer voor, eene andere ſchikking en order te kiezen; waar by onze aandacht wel geduurig by deze dingen bepaald blyven, doch hoofdzaaklyk zich te gelyk bezig houden zal met de verſcheiden Amptsverrichtingen der Predikanten. Met dit oogmerk zullen wy de verſcheiden betrekkingen in acht nemen, waar in de *Predikanten* (want van dezen zal ik voornaamlyk ſpreken) zich ten aanziene van hun waerdig, doch laſtig Ampt bevinden, en trachten te bepalen, wat in ieder geval en omſtandigheid, aan hunne gezondheid ſchadelyk, of voor dezelve dienſtig en bevorderlyk kan zyn. *Eerſtelyk* zullen wy hen dan voorſtellen en beſchouwen, zoo als zy zich, in hunne Studeer-kameren, aan het geeſtelyk werk hunnes heilzamen onderzoeks, en in het naſpooren van de beſte kundigheden bezig houden; *daar na* zal ik eenige Aanmerkingen omtrent het doen der

Pre-

Predikaatsiën, mededeelen, die hunne gezondheid betreffen; ten *derden* zal ik aanwyzen, wat 'er by het zitten in den *Biechtstoel* [en by het houden der *Catechisatien*] is in acht te nemen; ten *vierden* zal ik myne gedachten laten gaan over de vereischtte voorzichtigheid in de *Leeraren*, [en *Krankbezoekeren*] in hunne visiten, aanspraken en verblyf by de Zieken; ten *vyfden* zal ik de geregelde, behoorlyke Levenswyze der *Predikanten* opgeven, ten tyde van besmettelyke en gevaarlyke Ziekten; ten *zesden* zal het bezoek by de zieltoogenden en stervenden my aanleiding geven tot het voorschryven van verscheide nutte regelen; en *eindelyk* zal ik met een vriendelyken en heilzamen Raad omtrent het vergezellen der Lyken, [en het doen der *Lykrede* by het Graf] het besluit maken. Dit is het geheele Ontwerp van dit kleine Werkje, welk dus om beter begrips wille en orders-halve, met de gemelde *zeven* Afdeelingen zal ten einde loopen; op dat men, by iedere voorkomende gelegenheid ten eersten de begeerde raadgeving mogt kunnen vinden; welken, zoo ik wensche, van alle wel denkende Godgeleerden, in dank aangenomen, en met vrucht en zegen te werk gesteld zullen mogen worden.

EERSTE AFDEELING.

Van de *Dieetische* Inrichting, of het *gedrag* omtrent de *Levenswyze* op de *Studeerkamer.*

Gemeenlyk worden den Predikanten, zoo wel ten platten Lande als in de Steden, geheele Huizen tot hunne woonplaatzen ingeruimd of aangewezen; dies het van hunne eige willekeur afhangt, welk een Kamer of Vertrek van dezelven zy tot het voortzetten hunner Letter-oeffeningen willen verkiezen. Hierom ſchynt het noodig te zyn, alvoorens, iets van de *ligging* en *geſteldheid* der *Studeer-kamer* te zeggen. Hier toe moet men, vooral en boven anderen, kiezen de vrye Kameren, die tegen het *Ooſten* en *Noorden* liggen; welke ligging naar de geſteldheid van de Hemel-ſtreek ingericht is, en het voordeel heeft, om ten minſten dagelykſch eenmaal, van den Ooſten- en Noorden-wind te kunnen doortrokken, en de Lucht aldaar van alle beſloten en onzuivere dampen gezuiverd te worden. In het gemeen heeft men ook daar op te letten, dat de Lucht in die Kameren zuiver, droog, gematigd, en met geene ſchadelyke dampen, of bedorven uitwaasſemingen van 't een of ander vervuld of beſmet zy. Geenszins is 't goed te keuren, dat men zyn ſtudeerverblyf plaatſe op den blooten grond, of den eerſten vloer, deels, om dat de Lucht, aldaar wegens andere voorwerpen beſloten, en dus niet vry genoeg is; deels ook, om dat zulke vertrekken gemeenlyk vochtig zyn, welk men in de hoogte minder te vreezen heeft. Vervolgens moet men zorge dragen, om zulk eene Kamer voor zich uit te zoeken, daar

de Vensters niet op eene binnenplaats uit komen, of welker vry uitzicht, door andere gebouwen daar naast, of tegen overstaande belemmerd wordt. Dit is in de Steden zoo wel, als op het Land, zeer nadeelig. In de Steden zyn gemenelyk de binnenplaatsen, en zelfs die achter de huizen te eng en te bekrompen; en niet zelden zyn deze ook ongezond, om dat veel al op dezelven de plaats tot het heimelyk gemak gesteld is, welke niet weinige ongezonde en nadeelige uitdampingen van zich geven kan; waar by nog komt, dat, als 'er vele Menschen in één huis by elkander woonen, door de meenigvuldigheid van derzelver gewoone uitdampingen, de Lucht ook veel ongezonder wordt. Op het Land heeft men wel het voordeel dat de wooningen der *Predikanten* vry en luchtig genoeg gebouwd zyn; maar echter heeft men 'er hier en daar nog al eenige ongemakken by, onder dewelken ik rekene, dat de Tuinen, hoe ruim en aangenaam ook, in het voor- en na-jaar veeltyds met mest, of verrtote bladen en struiken, en anderen voorraad om den grond te mesten, op zekere plaatsen voorzien zyn, of dat'er, in den omtrek van de zelven, stallingen van onderscheiden Vee gevonden werden, al het welke de Lucht daar omtrent ook onzuiver maakt. En ligt der Predikanten wooning digt by of aan het Kerkhof, [welk hier te lande veel al plaats heeft,] zoo is dezelve daar door nog dies te ongezonder, wyl van daar vele verrotte en schadelyke dampen van tyd tot tyd opklimmen. (*) Dewyl een Genees-heer

[(*) Daar is niets, zegt Dr. MACKENZIE, welk de Lucht meer besmet of kwade ongemakken veroorzaakt, dan het algemeen en verderflyk gebruik van gemeene en opgepropte begraafplaatsen, binnen den omtrek van Volkryke Steden, te dulden.]

heer nu, in dit opzicht, de waereld, en de schikkingen in dezelven niet verbeteren kan noch veranderen, zoo weet ik tegen de gemelde kwaden of ongemakken geen nutter raad te geven, dan dat men zulk eene kamer in zyn huis kieze, welke noch op den Tuin noch op het Kerkhof uitzie: hoewel het ook niet te loochenen is, dat de Lucht op het Land, daar zy vry en onbelemmerd doordringen kan, deze ongemaklykheid vermindere, en dezelve dus minder schadelyk make, om dat ze veel zuiverer is, dan in de Steden. Bedenkelyk zal het niemand verwonderen, dat ik, boven alles, op het verkiezen eener zuiverer Lucht aandringe, daar dit de voorname Hoofdstoffe is, waar in wy leven. Ik hope dat ik elk eenen ligtelyk zal kunnen overtuigen van de verpligting, waarom men bedacht behoort te zyn, om, zoo veel mogelyk, eene zuivere, vrye en gezonde Lucht te verkiezen. Het is onloochenbaar dat de Lucht, wegens derzelver uitstekend groote fynheid en zwaarte, alle de deelen des Lichaams doordringe, en zich met dezelven vereenige. Door hare veerkracht deelt zy aan alle Vochten eene beweging mede, en alle de Vaten en Vezelen, die dezen omloop bevorderen, verkrygen door dezelve eene zekere levendigheid en vastheid. Zy is derhalven de voornaamste bewegende oorzaak van alle de vochtige of vloeibare en vaste deelen des Lichaams, en gevolglyk hangt de welgesteldheid van ons Lichaam van haren goeden toestand af.

De heilzame raad van den kundigen COLUMELLA verdient in 't byzonder onze volkomen toestemming, waar in hy zulk een *huis*, *als zeer gezond*, voorstelt, welk *op het midden van een heuvel*, *op eenen wat ryzenden grond*, *op een open en droog veld of plein*

plein, een gematigde lucht geniet, en des Winters noch door koude nevelen verkoeld en bedwelmd, zoo min als des Zomers door de heete Zon gebraden en gebrand wordt (*a*) Die Kamers zyn derhalven voor de gezondheid der Geleerden de beste en 't meest verkiezens-waardig, die, in den Zomer, eene heldere, vrye en frissche Lucht, en, in den Winter, het Licht der Zonne genieten; naardien de Zomerhitte, door de eerstgemelde eigenschap gematigd, en het ruuw saisoen des Winters, door de andere hoedanigheid, minder gevoelig gemaakt wordt.

Ik hebbe reeds, hier boven, erinnerd, dat men somwylen, in de Studeerkameren, aan de versche en reine buitenlucht den vryen doortocht laten moete, ten einde de te lang besloten gehouden lucht of uitgedreven, of gezuiverd worde. Ik houde dit, in alle Jaargetyden, voor een zeer noodig ding, mits men alleenlyk den voegzaamsten stond van den dag kieze, om dezen doortogt aan de Lucht te vergunnen. De koele Morgen- en Avond-lucht, of die, wanneer het Weder nevelig, donker en vochtig is, zoude de grootste nadeelen kunnen te wege brengen. Want hier uit ontstaan gewoonlyk, hoest, heesheid, verkoudheid, zydewee, hoofdpyn, hoofdzwymeling, aêmborstigheid, enz. allen voortkomende, om dat de kwade gesteldheid der Lucht de uitwaassеming of geheel en al verhinderd, of dezelve ten minsten grootelyks belemmerd en verminderd hebbe. De sappen geraken hier door, met 'er tyd, verdikt en verslymd, en pakken zich met geweld op de inwendige

(*a*) *Libr.* I. *C.* 4. *de Rê Rusticâ : Petatur igitur aër calore & frigore temperatus; quem medius fere obtinet collis, loco paululum intumescente, quod neque depressus hieme pruinis torpet, aut torret æstate vaporibus.*

dige deelen vast, die daar door bezwaard, en in derzelver gewoone werkingen belet worden. De Morgenlucht is anders, in de schoonste Lente en Zomer-dagen, wanneer dezelve door de Zonne verwarmd geworden is, het gezondste, en als dan mag men die in zyne Kamer ontvangen. By heldere Winterdagen, is 't genoeg, dezelve kort voor den Middag, en een uur na den zelven, door zyn vertrek eens te laten heen waaijen.

De zeer geleerde en ervaren *Engelsche* Dr. ARBUTHNOT toont, in zyne *Proeve over de Werkingen der Lucht op het menschelyke Lichaam*, dat het genoegzaam aan 't oogmerk voldoe, wanneer men maar eenmaal 's daags de versche Lucht in de Huizen inlate. Zyn gezeg looopt deswegens op dezen zin uit: „ De huizen van Particulieren behooren eenmaal „ 's daags van de openlucht doortrokken te worden; „ waar toe men deuren en vensteren moet open zet„ ten, op dat 'er de onreine dampen door verdre„ ven worden. Zulke huizen, welken men om de „ warmte, voor den wind, met geboomte of anders„ zins omzet heeft, of die achter hooge heiningen „ geplaatst, en van zulk een naauwkeurig getimmer„ te zyn, dat alle de buitenlucht daar door, als van „ zelve, uitgesloten is, zyn geenszins gezond; want „ Luiden die hunnen meesten tyd doorbrengen, in „ eene Lucht, welke door de dierlyke uitdampingen „ en door die van vuur en licht bedorven is, worden „ dikwils met Zenuw-ziekten geplaagd „ Maar met aldus het gebruik der zuivere, opene en gezonde Lucht aan te dringen, wil ik geenzins dat de *Predikanten* zich aan togt, zuiging of trekking der Lucht bloot stellen, want zulk eene Lucht is de verklaarde Vyandin der gezondheid, naardien zy de uitdamping belemmert, en tot verkoudheid, hoest, engborstigheid,

heid, beroerte, en ontelbare andere Ziekten den weg baant.

Somwylen hebbe ik wel eens, by en onder het bezoeken van den een en ander Geestelyken ten platten lande, bemerkt dat dezelven, om hunne *Koffy* warm te houden, zich van een *Koolvuur*, of van een klein *Lampje* met een *drievoet* bedienden, en daar by ook wel studeerden. Maar deze beide gewoonten keure ik af, als voor de gezondheid ten hoogste nadeelig. Ten aanzien van het eerste kan ik het onverwerpelyk Getuigenis der oudste Geneesheeren bybrengen, die zelfs al twee Eeuwen voor de Geboorte van 's Wa- relds Heiland, de schadelykheid van den houtskolen damp ontdekt en aangewezen hebben, ter bevestiging van welke hunne meening, velen hunner navolgeren, na een ryp onderzoek, hun zegel daar aan gehangen hebben. Het zoude my zeer weinige moeiten kosten, eenen gantschen verdrietigen reeks van plaatsen, uit de schriften der ervarenste en beroemdste Geneesheeren, hier by te voegen, indien ik deze waarheid, meer door het gezag en aanzien van deze voortreflyke Mannen, dan door goede en onloochenbare redenen, bevestigen wilde. Eer ik hier toe eenige bewyzen bybrenge, moet ik my herinneren, dat de damp van onderscheiden kolen niet alle even schadelyk zy. Die van Pyn- of Dennen- en Sparren-hout veroorzaakt, als deze kolen niet wel geglommen, of het hout nog vogtig is, vele schadelyke en niet zelden doodelyke uitwerkingen. Een weinig minder nadeelig zyn de koolen van Eikenhout, doch die van Boeken- of Beuken-hout zyn, als 't hout wel droog is en de kolen wel zyn uitgebrand, nog onder de minst nadeeligen te tellen. De onmagt, flaauwte en bezwyming van verscheide Vrouwen, die zeer heete stooven van somwylen slegt aangeglommen ko-

kolen gebruiken, is bedenkelyk aan zulk een damp toe te ſchryven, en geen Geleerde kan zich op eenig voorrecht beroepen, uit welken hoofde diergelyke damp hem niet even zoodanige toevallen berokkenen zoude, want, dewyl de Mansperſoonen oorſprongklyk uit dezelfde ſtoffe zyn gevormd als de Vrouwen, en eenerleijen omloop van ſappen hebben als dezen, zoo is hier uit ligtelyk af te nemen, dat by hen even diergelyke toevallen zich vertoonen moeten. Is dit ongetwyffeld waar, zoo moeten wy nu de reden maar opgeven, hoe het bykome, dat zich zulke werkingen in beiden vertoonen. Het is ontegenzeglyk en klaar, dat'er zeer vele zwavelige, fyne en *Arſenikale* deeltjes in de kolen zyn, waar aan men te minder kan twyffelen, hoe meer de reuk ende proefnemingen ons daar van overtuigen: want men behoeft maar tinnen of anderen ſchotelen of pannen op kolen te zetten, en men zal bevinden dat'er zich eenige witachtige ſtoffe aanzette, die by nader onderzoek blyken zal van eenen *arſenikaliſchen* aart te zyn. Deze ſtoffe of derzelver damp moet zich ook noodwendiglyk in de kamer uitbreiden, en gevolgelyk met de Lucht vermengd en ingeademd of onbemerkt doorgezwolgen worden. Geraakt nu zulk eene met zwavelige en andere fijne dampen vervalſchte Lucht in de Longen, en wordt de Luchtpyp met dezelve vervuld, zoo kan deze damp, door het uitademen, niet zoo ligtelyk als de vrye Lucht, weder uitgedreven worden. Te gelyk kan even weinig, in derzelver plaatſe, geen vrye Lucht ingebragt worden, dewyl deze damp, als een vloeibaar Ligchaam, even gelyk andere Lichamen, ondoordringelyk is. Van deze onzuivere Lucht worden naderhand eenige deeltjes onder het bloed gemengd, en hier uit vele treurige gevolgen veroorzaakt: want

de

de fijne, door de Lucht aan het bloed medegedeelde, damp, veroorzaakt eene zekere uitzetting, verhindert daar door de ſamentrekkende kracht van het harte en der ſlagaderen, en verſtoort tevens de fijne vloeibaarheid der zenuwſappen, van welken de beweging en gewaarwording in alle de Leden van het menſchelyk Lichaam afhangt. Zoo dra nu de bloedvaten bovenmate uitgezet, en als verwyderd zyn, zoo moet het bloed natuurlyker wyze, in het hoofd of de andere Leden beginnen ſtille te ſtaan en verſtopt te worden. Valt 'er zulk eene verſtopping in de Lever, zoo kan aldaar geen goede Galle, nog goed Chylſap bereid worden; en dan wordt het bloed, ten leſte, van eene zeer ſlymige geſteldheid, en de menſch ongezond, dewyl, de noodwendige omloop des bloeds in het onderlyf geſtremd zynde, daar door eene deur voor de allermoeilykſte en ongeneeslykſte kwalen wordt opengezet. Stygt het ſtilſtaande bloed in de hoogte, dan kan 'er eene bloedbraking, bloedſpuwing of bezwymenis ontſtaan, of het kan by ſomwylen zeer ſmertelyke toevallen aan het hoofd veroorzaken. Zelfs kan 'er eene zeer ſchielyke dood op volgen. Wie hier aan twyfelen mogt, die neme de proef alleenlyk eens met een Dier, van welken naam of aart. Men behoeft dit maar onder een glazen Klok te zetten, en brenge dan door een buis, met de Klok gemeenſchap hebbende, eenige Lucht in dezelve, die over een kolen vuur gegaan is, zoo zal het Dier onder het glas, na het ondergaan van erbarmelyke ſtuyptrekkingen, binnen korten ſterven. Wil men dan een groot getal van Ziekten, die met vereéénde krachten de Gezondheid aantaſten en trachten te overweldigen, van zich verwyderen, zoo moet men, naar den Regel der *Philoſophen* zich ſchikkende, eerſt de oorzaak uit

den

den weg ruimen, dan zal de uitwerking ook wel dra ophouden; en 't is te vermoeden, dat elk zich te gereeder van dit middel zal willen bedienen, om dat men het zonder eenige onkosten, en met geringe moeite zich kan eigen maken.

Dan, de eigenzinnige Heer *Ingeniosus*, die, van 's morgens vroeg tot aan den namiddag, zich met dat drinken van zyne Koffy bezig houdt en onzen welmeenenden raad wel toestemt en pryst, en daarom het Kolen vuur ook zorgvuldig van zyne Kamer weert; wil nochtans zyne Koffy, en zeer langzaam en ook niet koud drinken. Hy neemt zyne toevlugt derhalven tot een ander middel, en zet zyne kanne over eene Lampe, die door Boomolie gevoed wordt. En daar hy dus het eene gevaar van deze zyde ontwykt, valt hy in het andere van den tegenovergestelden kant. De gezonde Reden zelf leert ons genoeg de schadelykheid van de dampen des Luchts, waar van wy by deze gelegenheid ook iets dienen te zeggen; en waar zyn klarer en tastbarer bewyzen daar van, dan welken zy ons duidelyk vertoont in de verandering van de kleur der muuren, behangzels, en beschotten; die met deze schadelyke dampen, als met een Vernis overtrokken worden, en dat te meer, hoe minder Luchts 'er van buiten in de Kamer kan komen. Men mag hier uit wel opmaken, dat deze zelfde onzuivere damp in onze Lichamen insluipe, en zich daar in vast zette. En wy zullen met vaste zekerheid kunnen bepalen, wat voor wanorders dezelve aldaar aanrecht, als wy de deelen, waar uit dezelve bestaat, maar wat naauwkeuriger onderzocht hebben. Als men met weinige woorden veel zeggen wil, zoo kan men den damp van het Licht of van Kaarsen en Olie, noemen, eene, met bedorven vettigheden, die

die door het vuur in de kleinſte deeltjes verdund zyn, opgevulde Lucht. Hier uit nu kan men gemaklyk oordeelen, welke werkingen zodanig eene vermengde Lucht in onze Lichamen te wege brengen moet. Deze Werkingen toch moeten ten vollen gelyk zyn, aan die genen, welken wy bevinden, als 'er oud Vet of oude Boter gebraden wordt. By deze gelegenheid worden wy eenen bezwarenden damp, en bedwelmenden nevel gewaar, die ons zeer verveelt, en dit toont niets anders aan, dan dat 'er zekere tegen onze natuur ſtrydende ſtoffe in de Longe en Luchtpyp gekomen zy, die het bloed tot ſtilſtand en bederving bengt, en van dezelfde onaangename gevolgen vergezeld gaat, welke wy hier boven reeds aanhaalden, als voorbereidzelen en voorloopers van gevaarlyke Zenuwziekten. Maar ik voorzie gereedelyk, dat men, in dit opzigt, my de eene en ander tegenwerping kan maken, welke ik diene op te loſſen. *Eerſtelyk* kan men voorwenden, dat men zulke gevolgen ſlegts te vreezen zoude hebben van zoodanige Lichten, tot welken alleen oude Talk gebruikt was, of ook van oude, en verbrande Boom-Olien. Doch hier op dient, dat deze damp altoos ontſtaat, ſchoon hy in graden verſchille, en minder ſchadelyk zy, als hy van verſche Kaarſen en friſchen Olie voortkomt, dan van andere. Eene tweede Tegenwerping beſtaat in de zwarigheid, wat men dan toch in de plaatſe van Kaarſen en Olie zoude dienen te branden, om 'er by te zien. Hier op zal ik onderſcheidendlyk moeten antwoorden; want, men moet of in 't geheel geen Olie of geene Smeerkaarſen gebruiken, of men moet een middel zoeken uit te denken, om het ongemak, daar uit voortkomende, te verbeteren. De eerſte heilzame

me Raad kan zeer wel in trein en practyk gebragt worden; als men, by 't gebruik der Koffy, zich de kwade, doch geliefde gewoonte tracht af te gewennen, om'er geen twee, drie a vier uuren lang mede bezig te zyn; 't gene ook nimmer de gezondheid kan bevorderen; en dan zal men 't Lampje, om dezelve warm te houden, ook ligtelyk kunnen ontbeeren. Zy, die 'er de middelen toe bezitten, kunnen zich, ten opzichte van 't Avondlicht, het gemak wel verzorgen om waſchkaarſen te branden. Zoo het Ampt of deszelfs Inkomſte dit al niet toelaat, of de Parochie te arm is en te behoeftig, dan dient men den anderen weg te kiezen, en op het middel te denken, om het kwaad draaglyk te maken. Ter verbetering van het zelve brengt een hooge en groote kamer veel toe; als ook dat men den damp van het Licht door een blikken buis, over den kandelaar hangende, en die door den muur naar buiten gelegd is, uit het vertrek heen brenge. En indien onze Eeuw niet zoo gelukkig was, als zy is, in zeer nutte uitvindingen, dan mogten wy wenſchen, het geprezen vocht van DREBBELIUS te bezitten, welk, naar het getuigenis van den Geleerden Heer R. BOYLE, den Vader der Proefondervindelyke Natuurkunde, de Lucht der Kameren zoude gezuiverd hebben, doch, met den dood van deszelfs Uitvinder, teffens verlooren geraakt is. Thans echter behoeven wy ons om dit verlies te minder te bedroeven, daar 'er ſedert zynen tyd verſcheide Mannen opgeſtaan zyn, die door zinryke uitvindingen dit verlies genoegzaam vergoed hebben. In *Engeland* heeft zekere TID getoond, hoe men, door middel van eenige in de Venſteren geplaatſte Windmolens, eene nieuwe Lucht in de Kameren brengen kan. Na hem heeft STEPHEN HALES,

Dr.

Dr. in de Godgeleerdheid, en Medelid van het Koninglyke Genootſchap der Kunſten en Wetenſchappen in *Engeland*, eene *Machiene* bekend gemaakt, onder den naam van *Ventilator*, waar door de Lucht in de vertrekken kan vernieuwd worden. Dit werktuig werdt in *Engeland* niet alleen, maar ook in *Frankryk* en *Duitſchland* goedgekeurd; pryzende elk zyne bekwaamheid, en makende zyn geſchrift deswegens in de Landtalen op vele plaatſen bekend. Omtrent ten zelfden tyde, werdt door eenen Kapitein, MARTEN TRIEWALD geheeten, een ander Werkſtuk, ten gelyken einde waereldkundig gemaakt; die mede 't zelfde oogemerk hadt, als HALES, hoewel hy het eenen anderen naam gaf, en *het wederwiſſelende Machiene* doopte; terwyl de *Hofraad* KASTNER, in de vertaling van de Verhandeling van TRIEWALD over dit zyn Kunſt-ſtuk, in Ao. 1751. uitgegeven, het zelve noemt, een *Werktuig tot beweging van de Lucht*. Doch, alle de onderſcheiden uitvindingen op te noemen, waar door de verſche Lucht in de vertrekken kan gebragt worden, zoude ons te verre van ons oogmerk en voornemen verwyderen. 't Zal genoeg zyn, dat men zich ſlechts, op welk eene wyze het dan ook mag geſchieden, dezelve maar trachte te bezorgen en 'er zich met nut van te bedienen.

In het voorby gaan, hebben wy van het Licht in het Studeer-vertrek mede iets gezegd, en het ſchynt hier niet op de onrechte plaatſe te zyn, om, deswegens nog de eene en andere aanmerkingen 'er by te voegen; vooral de zulken, die op de bewaring en onderhouding van het edelſte onzer Zintuigen, het *Gezicht* namelyk, betrekking hebben. Deze zaak laat zich uit een dubbeld oogpunt beſchouwen, voor zoo verre te weten, als men ze kan be-

trekken tot de *Lichtstralen*, welken by dag in 't vertrek vallen; en tot de *Kunst-lichten*, van welken men zich by den Nacht bedient. Het is zeer heilzaam zich in zulk een Vertrek of Kamer op te houden, alwaar men een gematigd Licht geniet; en daar en tegen zyn zulke Kamers nadeelig, daar de Vensters, van verschillende plaatsen een onderscheiden Licht in laten, als van twee zyden, of uit Raamen of Kosynen, die tegen elkanderen overstaan, dewyl als dan de Voorwerpen, van een dubbeld Licht, welk aan de eene zyde sterker, en aan de andere zwakker is, bescheenen worden, waar door dan ook het Gezicht, uit hoofde der verscheidenheid, verzwakt wordt. Het is daarom, ter onderhouding van een goed Gezicht, zeer dienstig, dat de Geleerden en Predikanten zich zulke vertrekken tot hunne Letteroeffeningen uitkiezen, in welken een gematigd Licht, door een of twee Vensters, kan inkomen, zo dat de Lichtstralen regt, of wel van de slinkerzyde op de hand, en op de Voorwerpen vallen. Indien echter het Zon-licht, door de meenigte van deszelfs stralen, ons in het zien, lezen of schryven hinderen mogt, dan is 'er geen ander middel op, dan dat men, door het toe trekken der Gordynen, of het sluiten der Ramen met blinden, het sterke Licht wat zoeke te matigen.

De meenigte Amptsverrichtingen der Predikanten veroorzaken niet selden dat zy, tot het studeeren, den Nacht te bate moeten nemen; en dit verpligt ons om ook iets van het gebruik der *Lichten*, by die gelegenheid, te melden. In 't gemeen heeft men, in dezen hier op te letten, dat de Lessenaar of de Studeertafel met een eenparig helder Licht voorzien, en 't overige gedeelte des Vertreks matiglyk verlicht zy. En zulke Lichten zyn hier

toe

toe het beſt dienende, die eene vlamme geven, welke niet vonkelt, of blikkert. De gewoonte om twee Lichten te branden, komt ons niet dienſtig noch voordeelig voor de oogen te zyn; dewyl dezelven, als zy niet behoorlyk geplaatſt worden, altoos dubbeide Lichtſtralen op de zaken werpen, en de oogen te zeer aantaſten. Wy raden derhalven aan, om liever by een enkeld wat groot Licht te lezen, welk een eenparig ſchynzel van zich geeft. Hier uit zal men bedenkelyk wel kunnen afleiden, hoe weinig wy ophebben met de Lichtſchermen, en andere middelen, waar door men zich een geconcenteerd, of tot het voorwerp bepaald, Licht tracht te bezorgen. Want, om niet te zeggen, dat de by een geſamelde Lichtſtralen eenen al te grooten glans voortbrengen, zoo wordt, door de gebroken ſtralen, den oogen ook nadeel toegebragt; en de ſchaduwachtige plaatſen der Kamer, by dezen ontſtaan, moeten ook, als het oog zich derwaarts wendt, door de groote verſcheidenheid van Licht en Schaduw, welke het oog daar in ontdekt, het zien afbreken, en het Gezicht verzwakken. Deze ſtoffe is door den Waereldberoemden Hr. D. LUDWIG te *Leipzig*, in een doorgeleerd *Programma*, tot tytel voerende *de Cura Oculorum in Litterarum ſtudiis*, te *Leipzig* Ao. 1766. uitgegeven, grondig uitgevoerd en daar in zyn ook zeer voortreflyke voorſchriften gegeven, welken men den *Predikanten* mede kan aanpryzen, en dit te eerder, hoe zy meer aan 't gevaar om hunne oogen te bederven blootgeſteld zyn. By voorbeeld, wanneer dezen zich in het *Hebreeuwſch* oefenen, gelyk vele brave, geleerde en gemoedelyke Leeraars, hunne Texten dan liever uit de Grondſpraak willen ophelderen, dan zich daar toe, met ſommige huurlingen, en vele onkundigen, van den

Wagen Israels en zyn Ruiteren te bedienen; zoo heeft men op te merken, dat de *Vocalen* en *Accenten*, zonder welker behulp de *H. Schrift* nooit behoorlyk kan verklaard worden, wegens derzelver kleine gestalte den oogen zeer hinderlyk en benadeelende zyn, voornaamlyk als men Bybels van een klein formaat daar toe gebruikt. Onzes oordeels zoude het dan beter zyn, het onderzoek van den Text, of deszelfs vergelyking met het *Hebreeuwsch* of *Grieksch*, over dag te verrichten, of zoo dit niet geschieden konde, des avonds zich daar toe, van een grooter Letterdruk te bedienen. Eene andere onvoegzaamheid ontstaat 'er uit het opmaken der *Concepten* of *korte Schetzen*. Eenigen hebben de kwade gewoonte, dat zy, om het papier te verschoonen, hunne opstellen zeer klein en bekrompen schryven, en dat zy daar door hunne oogen bederven, die niet slegts by 't schryven, maar ook by het *Memoriseeren* of van buiten leeren, dewyl zy aan 't papier gehecht zyn, mede gebezigd worden. Het is waar, men kan dit ongemak voorkomen of ontwyken, als men de *Predikaatsien* ter loops en ylings maakt, of ze als voor den vuist, *ex Tempore* opstelt; waar toe zich nogthans geene gemoedelyke Predikanten, dan in gevalle van uitersten nood, zullen inlaten. Daar is dan geen ander en beter raad hier tegen, als dat men grootere Letteren maken, en wat ruimer van één schryve.

De Nacht, welke volgens een gewoon spreekwoord, geene Menschen-Vriendin pleegt te zyn, wordt in 't byzonder van de Predikanten, gelyk in 't gemeen van de Geleerden, tot hunne Letteroefeningen aangewend. De stilte, die in dezelve heerscht, schynt tot een ernstig en geduurig nadenken het best bekwaam te zyn; en men kan van dezelve zeggen

gen, dat zy die tyd geweest zy, waar in de diepzinnigste Waarheden ontdekt, en de grondigste en Geleerdste Werken vervaardigd zyn, wat nu volgt hier uit anders, dan dat men de billykste reden hebbe, om dezen tyd aan de Wetenschappen toe te wyden. Gelyk ook de *Predikanten* in de stilte van den Nacht beter hunnen pligt kunnen behartigen, en zich tot de nadruklykste beoefening van hun werk te yveriger kunnen aangezet vinden. Welk in 't byzonder te verstaan is van zulken, die zich van geen gehuurde of geleende Predikaatsien van anderen bedienen, maar hunne eigen harsenen en overdenkingen bezig houden om de Godlyke Waarheden grondig te onderzoeken, en in het beste en klaarste Licht voor te stellen; zonder zich toe te leggen, om het gene eens gepredikt is, niet dan in gevalle van nood, te herhalen: welk laatste, zoo het meermalen gebeurt, niet alleeen eene grote armoede van Geest te kennen geeft, maar tevens een billyk vermoeden doet ontstaan, wegens het onverantwoordelyk verzuimen van dit hun gewigtig en aanzienlyk, zoo wel als moeilyk, Ampt. Van zoodanigen nu kan men niet vermoeden, dat zy terwyl zy de pligten van hun bezwaarlyk Ampt, op allerlei wyzen, trachten te verligten, eenig nadeel aan hunne Gezondheid, door het nachtbraken zouden toebrengen. Zulke Geleerden hebben, nevens andere Voordeelen, ook nog dat, dat zy niet ligtelyk, uit hoofde hunner door Studie gekrenkte gezondheid, in handen der Artzen zullen vallen, en daarom hebben zy ook, in dit opzigt, onzen raad niet van nooden. Onze Gedachten moeten zich derhalven hoofdzaaklyk omtrent deze Eerwaardige Mannen bezig houden, die een sieraad van hun Ampt zyn, en zich hier in bevlytigen, om een onbevlekt Geweten

te bewaren, naar dien zy, wegens de Zaligheid hunner Toehoorderen onvermoeid bezorgd zyn, om zich van de hun opgelegde pligten naar behooren te kwyten, en te toonen dat ze Getrouwe Arbeiders in des HEEREN Wyngaard zyn. Aan deze en diergelyke by de Kerke zeer verdienstige Mannen, aan welker behoudenis en welstand dezelve zeer veel gelegen is, moeten wy dan het *Nachtstudeeren*, wegens deszelfs schadelyke gevolgen, op het ernstigste afraden. Dewyl nu ook tot de geschikte ontwerpen van stichtelyke Leerredenen, die te gelyk naar den goeden smaak van onze verlichtte tyden, zullen ingericht zyn, een aanhoudend nadenken, en eene bedaardheid en helderheid van Geest vereischt wordt, zoo is ligtelyk te begrypen, dat de Avondstond, in welken de krachten van den Geest, door het werken van den geheelen dag, genoegzaam uitgeput zyn, hier toe het aller-onbekwaamste is. Wil men, niet tegenstaande deze onvoegzaamheid, zich daar op echter toeleggen, dan moeten de Verstandelyke vermogens natuurlyker wyze, als uitgerekt en te sterk gespannen worden. Iedere zoodanige aandrang nu en rekking is eene Vyandin van onze Natuur en Gezondheid, dewyl zy het Lichaam verzwakt, en het zelve tot zyne verdere verrichtinge onbekwaam maakt. De wyze Schepper heeft ons, uit zeer liefderyke inzichten, de Nacht ter ruste toegeschikt, op dat door den slaap de Levensgeesten hersteld en verkwikt mogen worden. Een matige slaap toch vermeerdert de doorstraling, koestert het Lichaam, en verlevendigt den Geest, en zy, wier Slaap door geringe oorzaken terwyl zy liggen, gestoord wordt, behooren echter stil in 't bed te blyven, om dus aan 't einde van een gerusten slaap te beantwoorden. Al te lang

wa-

waken vermindert de kracht, verdroogt het Lichaam en verhaaſt den Ouderdom, en die in den morgenſtond te veel ſlaapt, en 's nachts late opzit, verandert de gewoone order der Natuur, welk Predikanten, die zich in alles naar den wil van hun Opperhoofd behooren te ſchikken, geenzins paſt. Het bederft ook het Lichaams-geſtel, en die het uit toegevenheid doet, alleen om dat het de Mode is, moet zich ook getrooſten, dat hy in een Modiſchen ſlegten ſtaat van Gezondheid gerake. En mogelyk zullen de nadeelen, die hier uit te vreezen zyn, in ſtaat wezen om de *Predikanten* te bewegen tot eene gelyke zorge en waakzaamheid voor hunnen welſtand, als omtrent de Zielen hunner Toehoorderen. *Eerſtelyk* dan wordt, door de *Nachtſtudie*, de Spysverduuwing, en de bereiding van een goed voedſelſap verhinderd, de behoorlyke afzondering en uitdamping belemmerd, en de grond gelegd tot verſcheide kwalen en onpaſſelykheden. Hier by komt nog dat de Zenuwen al te zeer gerekt en geſpannen worden, waar door noodzaaklyk de verbeeldingskracht nadeel lydt. Dit alles is zeer ligtelyk te begrypen en toe te ſtemmen, als men ſlegts bedenkt, tot welke verrichtingen de zenuwen eigentlyk geſchikt zyn. Zy moeten door haren invloed in de Lichamen, dezelven tot alle ondernemingen bekwaam maken, en dit toch kan niet anders geſchieden, dan ten zy het zenuwſap behoorlyk afgeſcheiden, en in alle de Leden en Deelen verſpreid worde, en waar by men aan de Natuur haren loop moet laten. Want, zoo dra men de orde en inrichting der Natuur begint om te keeren, en des avonds, als de zenuwen verſlapt zyn, wil gaan ſtudeeren; dan worden de zenuwen ſtraks te veel gerekt en uitgeſpannen, waar door onregelmatige bewe-

gingen ontſtaan, die met het grootſte nadeel voor de gezondheid verzeld gaan; welk onder anderen uit de buitengewoone verandering te beſluiten is, welke zich na 't voleindigen van de Nacht-ſtudie vertoont; daar men anders, by en onder het nadenken over de waarheden, als dit voorſpoedig voortgaat, een groot genoegen en veel verkwikking gewaar wordt. Nog erger gevolgen heeft men te vreezen, als men des avonds moeilyk te verteren ſpyzen gebruikt heeft; welke verſcheide bezwaarlykheden en ongemakken veroorzaken, velerlei raauwheden doen ontſtaan, het onderlyf uitzetten, en de *Hypchondrie*, of de ten hoogſte verdrietige Miltziekte, veroorzaken. De omloop van het bloed ook niet behoorlyk kunnende geſchieden, door de ligging, buiging en drukking der deelen, welke zy by het zitten ondergaan moeten, zoo ontſtaat hier uit een afgebroken en onrustige ſlaap, die geene verkwikking altoos aanbrengt, maar wel ſomwylen koortsagtige rilling en beweging. En wat voordeel hebben deze Nacht-Studenten toch uit zulk ontydig letterblokken te wachten, dewyl zy des morgens, als ze het bed verlaten, zulk eene mattigheid gewaar worden, dat ze zich of onbekwaam of onluſtig bevinden, welk daar uit ontſtaat, om dat ze door het onmatig waken hunne krachten verſtrooid, en hunne Lichamen als uitgedroogd hebben, welke dus, als voor den tyd, oud worden. In zoo verre evenwel kan dit gedrag wel verſchoond worden, als men voorgeeft, dat men, ten dienſte der Kerke en van het Gemeenebeſt verpligt zy alle zyne vermogens aan te wenden, en 'er zyne krachten aan op te offeren. Dit wil ik gaarne toeſtaan, mits men ook niet onwillig zy, my toe te ſtemmen, dat men niet alleen de Waereld ten dienſte ſtaan, maar dat zulks ook zoo lan-

ge

ge duuren moete, als ons maar eenigszins mogelyk is. Van deze laatste verpligting ontslaan de zulken zich moedwilliglyk, die hunne krachten en vermogens al te onbedacht, verspillen want zy zyn, zoo dra hunne Verbeeldingskracht, bedorven is, of als hunne Magen het vermogen ter spysverduuwing verlooren hebben, en geheel hun Zenuwgestel verzwakt geworden is, meest al, als onbruikbare en onbekwame Medeleden van de Menschelyke Maatschappye aan te merken. Daar in tegendeel, als zy, ten behoorlyken tyde, in 't byzonder in de uuren van den Middernacht, de stemme der Natuur gevolgd, en zich een matigen slaap gegund hadden, gewisselyk de vereischte uitdamping bevorderd, de noodige spysverteering onbelemmerd voortgezet, het geheele Lichaam behoorlyk verwarmd, het gemoed betamelyk verkwikt, en de Gezondheid, ongetwyfeld, bewaard geworden zoude zyn. Zoo men my al eens, in dezen niet op myn woord gelooven wilde, zoo heeft men alleenlyk eene proef daar van te nemen, door zich het vroeg opstaan aan te gewennen, en dan eens op zich zelven te letten, of men niet met een verdubbelden yver kan werken, na dat het Lichaam zyne krachten door een matigen slaap als herkregen heeft. Nog ontelbare andere toevallige oorzaken, tot welken ook de warme dranken en het tabak rooken enz. behooren, vermeerderen het gevaar, welk, uit het studeeren by nacht, ontstaat. Zouden nu deze Voorstellingen, by de *Predikanten*, die, wegens de gevoeligheid van hunne harten, boven anderen de kracht der waarheid ontdekken en bevinden kunnen, zonder eenige kracht of vrucht zyn? Dit vermoeden wy niet; ja wy hopen dat aan het gezegde een veel grooter gewigt daar door zal by-

gezet worden; als wy ons op het eenstemmige Getuigenis der beroemdste Geneesheeren, welk niet te verwerpen is, beroepen. Onder dezen verdient ook met achting genoemd te worden, de welverdiende Heer D. LUDWIG te *Leipzig*, die in een Inleidings-Schrift, of *Programma*, den 17 April des voorleden Jaars gedagteekend, met grondige redenen, beknoptelyk gehandeld heeft, *de Lucubrationis damnis*, over de *Nadeelen van de Nacht-Studie*; welk Geschrift wy den Geleerden ter nalezing, en voor al ter ernstige overweging, aanbevelen.

De Studeer-Kamer is de eigentlyke plaats, alwaar zich de Leeraars en Studenten, door te veel zitten en denken, de hatelyke *Miltzucht* of *Hypochondrie* op den hals halen. Vooral moeten de Predikanten door veel nadenkens, en het geduurig te werk stellen van hunne verstandelyke vermogens, en door het onvermydelyk vereischtte zitten, ter opstelling van de ontworpen Leerredenen, het Lichaam zeer krenken, en den Geest afmatten, en dies is het niet te verwonderen, indien men hen somwylen van dit afschuwlyk kwaad overvallen en gekweld ziet. Onze pligt nu gebiedt ons, om den Geestelyken het een en ander middel voor te stellen, om zich tegen dit ondier te wapenen, en deze onnuttige en verdriet-volle kwale van zich af te weeren. Hier toe kan men wel, met waarheid, als het zekerste middel, opgeven, dat men alle *Studie*, *Overpeinzing* en het *zittend schryven* of *lezen* nalaten moest. Doch deze Raad zoude by de gemoedelyke Predikanten geenen ingang vinden, als die geenszins behooren tot het getal of rang van die *Russische Geestelyken* en Priesteren, aan welken door Czaar PIETER *den Groote*, na dat hy eenen *Duitschen* Leeraar hadt

be-

bezig gezien met *mediteeren*, eene diergelyke manier van overpeinzing werdt aanbevolen en gelast, doch die dit bevel voor zoo verschriklyk hielden, dat zy een Smeekschrift aan den Keizer overgaven, en hem daarin verzochten, hen van zoodanig *mediteeren* te willen ontheffen, naardien zy niet wisten wat dit was, noch zelve zich ooit aan zoodanig een werk, overgegeven, ja het nooit beproefd hadden. [Vele Menschen zyn zoo min bekwaam om te denken, als deze *Moskovische* Papen, en gelykenen hen des te meer, om dat zy 'er, zoo min *lust* als *vermogen* toe hebben, daarom zyn ze wel te vreden dat een ander voor hun *denkt*, en zy kunnen niet nalaten daar welvergenoegd om te zyn, ten zyze begrepen, dat 'er in 't geheel niet *gedacht mogt* of moest worden in de waereld, welk al te ongerymd is, om in een redelyk Mensch te vallen. Dat de Luiden nu in 't gemeen wel lyden mogen dat anderen voor hun *denken*, als 't hun maar niet gevergd wordt, blykt om dat men ze, uit de Kerke komende, veeltyds hoort zeggen, dat *Domine welgestudeerd*, dat is, over zyne stoffe wel *gemediteert* en gedacht heeft, schoon men dit daar uit somtyds opmaakt, om dat men het door de groote geleerdheid niet heeft kunnen verstaan. Als men ook de Geleerde Beroepen eens nagaat, zal men wel haast zien, welk een slegte figuur de *Denkers* in dezelven altyd gemaakt hebben. Vele Godgeleerden, die zich te zeer aan het *denken* overgegeven hebben, zyn ketters geworden. De grootste en geachtste Luiden van deze Orden, zyn die, welken zich eenvoudiglyk houden aan het gene door de Voorvaderen voor waarheid verklaard is. In de Rechten is 't eveneens, en men vertrouwt zyne zaak liever aan een welpratend, dan aan een weldenkend Advokaat. In de Geneeskunde heeft

Docter *Loquax* boven *Pensivus* den voorrang, om dat hy veel praat over den aart der ziekte, en derzelver gevolgen; terwyl de ander, hoe ervaren in de oude en latere schryveren der kunste, stilzwygende slegts op de kwaal zyner Lyderen zit te denken, zonder eenige opening van dezelve aan iemand te geven. Zoo verkeerd denkt en handelt de Waereld echter omtrent de ware verdienste van een redelyk wezen, welk het *wel denken* voor een Geschenk des Hemels acht, 't gene niet aan elk is te beurte gevallen; en welk in den bezitter, zoo het hem wezenlyk nut toebrengen zal, ook een *lust* en *vermogen* vereischt om zyne gedachten aan zyne Medemenschen, op eene aangename wyze, door woorden of geschrift mede te delen.] Een *Predikant* derhalven moet zich boven al, op zoodanig een *mediteeren* en *denken* met allen vlyt, trachten toe leggen. Maar, terwyl hy hier mede bezig is, moet men hem raden om 'er niet stil by te zitten, maar in zyn vertrek wat heen en weder te wandelen (*) Deze gemaklyke beweging is zeer voordeelig ter bewaring van zyne Gezondheid, en bevordert op eene zachte manier, den omloop des bloeds; doch hier mede moet hy niet te lange aanhouden, dewyl hy zich anderszins, op eene dubbelde wyze, zoo wel ten aanzien van zyn Lichaam, als van zyn Verstand, te zeer vermoeijen zoude. Tot dit oogmerk is het genoeg, als men maar een ruim Studeer-vertrek hebben mag, welk niet alleen het voordeel heeft, van goe-

(*) Zulk eene zagte wandeling pryst de Hooggeleerde Professor F. *Hoffman* mede aan in zyne *Physiolog.* pag. 417. *Consultius itaque est, eo tempore, quo meditationibus indulgemus, leniorem Ambulationem instituere, ut, in mutua musculorum actione, æquilibrium conservetur.*

goede, verſche Lucht te genieten, maar ook om 'er genoeg rondom te kunnen wandelen, zonder zich juiſt telkens te moeten omkeeren. Na het eindigen van deze *Meditatien* kan men zich verledigen, om zyne gepeinzen op het papier, zoo kort als doenlyk, neder te ſtellen, en als dan, zoo de tyd het toelaat, zich wat buiten de Studien te verluſtigen door minzaame ſamenſpraken, door wat lugtigs te lezen, of door iets anders, welk weinig nadenkens eiſcht, ten einde naderhand met des te meer luſt en yver te mogen arbeiden. [Vele Geleerden echter behoeven dezen raad niet, want verſcheiden hunner hebben naauwlyks een aanzienelyken poſt verkregen, of de boeken raken van zelve achter den bank, en gezelſchappen, plaiſieren, buitenplaatſen, kabalen enz. nemen den meeſten tyd weg; terwyl de Studie alleen in zoo verre behartigd word, dat men 'er een deel zotternyen en bagatellen van onderhouden kan. Aan dit euvel hinken niet alleen de *Theologanten*, maar ook de Doctoren en Advocaten, ja alle ſoorten van Geleerden; gelyk elk weet; waar uit volgt, dat de meeſte Stervelingen, die hun natuurlyk vermaak in de ledigheid of in beuzelingen ſtellen, het minſt geſchikt zyn voor een wezenlyk genoegen, naar mate zy zich meer aan een geregeld denken gewennen.]

Doch, wat zal men nu verder beginnen, om de *Predikanten*, door het veel zitten, en ſterk peinzen, niet te doen vallen in de naargeeſtige *Hypochondrie*, welke hun in den treurigſten en gevaarlykſten toeſtand dompelt? De meeſten meenen, dat zy het daar mede zullen gewonnen hebben, als zy by het ſtudeeren overeind ſtaan, maar hier door geraken zy op een ander bypad, welk hen even eens doet dwalen. Het nadeel hier van zal zich genoeg doen zien, zoo

dra

dra wy nader bepaald hebben, wat in ons Lichaam plaats grypt, als wy ſtaan. *Eerſtelyk* worden als dan de Spieren, die tot de willekeurige bewegingen geſchikt zyn, te ſamen getrokken, en aan 't werken gebragt. Deze werkzaamheid der Spieren kan tweederlei bewegingen voortbrengen; te weten *zigtbare*, als de werking der Spieren afwiſſelende is, en zich nu eens doet zien, in de Spieren, die het deel buigen, dan eens in de genen, die het uitſtrekken, dan in de genen, die het om hoog heffen, of naar onder trekken, of naar deze of gene zyde draaijen; of ook *onzigtbare*, als namelyk de nu aan werken gebragte Spieren daar in onderhouden worden; waar by het daar, door te bewegen Lid, in die plaatſing, welke het eens verkregen heeft, onbeweeglyk blyft. Zulk eene onbeweeglykheid vereiſcht, als zy met eenige ſtyfheid gepaard gaat, eene ſterkere werkzaamheid der Spieren, dan 'er tot eene voortgaande beweging der Ledematen noodig is. In zulk een toeſtand bevinden de Spieren zich by het ſtaan. De Voeten zyn de ſtutten, waar op de gantſche laſt des Lichaams ruſt, ende Voeten zouden dezen laſt niet kunnen dragen, als'er niet verſcheiden Spieren bezig waren, zoo lange als het ſtaan duurt. Vele Spieren van het Onderlyf, van de Borſt en het Hoofd, moeten hier by medewerken, op dat zy, terwyl deze deelen des Lichaams, uit hoofde van hunne natuurlyke geſteldheid en zwaarte, voor over buigen, dezelven regt over einde houden mogten. Hoe ſterker nu de werkzaamheid van een Spier is, hoe eerder de zelve moet verzwakt worden: dewyl nu het Lichaam in en voor zich zelve, door het ſtudeeren, verzwakt wordt, zoo moet het, natuurlyker wyze, nog meer van kracht beroofd worden, als men een langen tyd achter elkander ſtaat. Eene andere reden,

waar-

waarom het ſtaan is af te keuren, is deze, dat, zo lange als 'er eene Spier in werkzaamheid blyft, de omloop des bloeds, in den zelven niet naar behooren kan volharden, dewyl de vaten dan ingekrompen, gebogen of te ſamen getrokken zyn. Behalven dit, moet het uit de Voeten te rug vloeijende bloed nog als tegen een berg opſtygen, en dat dies te meer, hoe regter men met het Lichaam ſtaat. Van hier ontſtaat het, dat de voortgang der Sappen in de Voeten, om deze reden, veel bezwaarlyker moet wezen, dan op andere plaatſen; daar in tegendeel de toevloed door de Pols-aderen dies te ſterker is, dewyl door de zelven het bloed, regt toe, regt aan, naar onder in de Voeten ſtroomt, en het is zeker, dat de geſtremde omloop des bloeds in de Voeten, de waare oorzaak van derzelver zwelling zy. De Geleerde HOFFMANN ontraadt derhalven het ſtaan zeer ernſtig, en zegt (*) " dat men zich altoos van het langduurig " aanhouden van het zelve wachten moete, naardien het voor de Gezondheid geenszins dient, en " aan 't Lichaam meer nadeels toebrengt, dan het " te veel zitten. Men zoude naeuwlyks gelooven, " hoe zeer het Lichaam door het ſchadelyk ſtaan " verzwakt wordt, en de Geleerden moeten 'er zich " voor wachten, dat zy, op die wyze, hunne krachten dubbeld aanleggen moeten." —— Heeft men derhalven, veel te arbeiden, waar by en het ſtaan en het zitten te pas komt, dan moet men deze beide houdingen des Lichaams liever zoodanig met elkander afwiſſelen, dat men de middelmaat in beide houde, en door eene genoegzame beweging, de onorder, welke door een van beiden in 't Lichaam veroorzaakt mogt zyn, weder te regt brenge.

In

(*) Zie de aangehaalde *Phyſiolog.* pag. 416.

In den Wintertyd noodzaakt ons de Koude en de ſtrengheid des Weders, dat men de Kamers late warm maken, en dies valt hier billyk de vraag, *hoe warm het Studeer-Vertrek van een Predikant moet wezen*, als het tot de onderhouding zyner Gezondheid iets toebrengen en niet ſchaden zal? De beantwoording dezer Vrage moet verſcheidentlyk, gelyk elk ligtelyk kan begrypen ingericht zyn, om dat de warmte der Vertrekken ook naar de geſteldheid der Lichamen moet geſchikt zyn. Maar, in 't algemeen is die warmte het voegzaamſt, by de welken men, onder zyne Verrichtingen, niet tot zweeten koomt, of het bloed niet aan 't giſten en opwellen geraakt, en als men dien graad der natuurlyke warmte houdt, die ons eigen en aangenaam is. Volgens dezen grondregel kunnen wy met de al te heete Vertrekken niet wel te vreden zyn, dewyl deze de Lichamen van derzelver vochtigheden berooven, de vaſte deelen verſlappen, de Leden vermoeijen, en eene magteloosheid veroorzaken, die den moed en luſt wegneemt. De *Predikanten* hebben daar van zelfs nog te meer onheils en nadeels te vreezen, naardien zy amptshalve niet geduuriglyk in warme Vertrekken, of by de Kagchels blyven kunnen, maar dezelven dikwils met de uitwendige Lucht moeten verwiſſelen. Het is onbeſchryflyk, tot welke kwalen en ongemakken, de al te heete Kamers, in welken men als gevangenen zich opſluit, en van alle buitenlucht en vrye inademing berooft, den grond leggen. De gemeenſten onder dezelven zyn, eene in 't algemeen groote en laſtige gevoeligheid, aandoenlykheid, en teederheid des Lichaams, die van alle koude eenen afſchrik heeft; en eene geneigdheid tot een ligt en overvloedig zweeten, waar door de Natuur dermate verbaſterd wordt, dat zy allerlei onreinheid aan

de

de opperhuid, en andere plaatſen ter uitdamping geſchikt, aan zich trekt; en het Lichaam dus voorbereidt tot allerlei ſoorten van ziekten, onder welken het kugchen, hoeſten, en allerhande ongemakken, uit zinkingen en vloeijingen ontſtaande, de voornaamſte zyn. Door de groote warmte worden de zweetgaten te veel verwyderd, zoo dat zy, door de minſte koude, welke dezelven aanraakt, dies te ligter ſamengetrokken worden; en door die ſamentrekking wordt, gevolglyk, de gewoone afzondering der onreine Vochtigheden door de huid geſtremd en te rug gehouden. Hier uit nu volgt, dat de Vochten, op andere plaatſen te ſamen gepakt zynde, zinkingen en vloeijingen veroorzaken. De bevinding zelve beveſtigt dit in alle plaatſen, want Luiden, die zich in hunne warme Vertrekken blyven opſluiten, worden het meeſt van Zinkingen geplaagd. Wy hebben eenen *Predikant* gekend, in wiens Studeerkamer het altoos zoo warm moeſt zyn, als in eene Badſtoove; en hier van genoot hy dat voordeel, dat hy, van een zwak geſtel zynde, den geheelen Winter door, wegens het hoeſten en kugchen, bittere klagten moeſt uitſtorten. En dezen zyn de eenige ongemakken niet, welken het al te veel broeijen, en heet maken der Lichamen en Vertrekken doen onſtaan. Dit kan ook, op de volgende wyze, Borſtziekten verwekken. De warmte namelyk verwydert, in de Longen, de buizen ter uitdamping geſchikt, en bevordert aldaar de uitdamping even ſterk, als in de opperhuid; koomt men nu ſchielyk uit deze hitte in de koude, gelyk een *Predikant* dit niet altyd verhoeden kan, (*) zoo wordt

[(*) Is het niet om zieken te bezoeken, het mag dan zyn om de eene of andere *Aſſembleé*, *Salet-bezoek*, of mis-

wordt 'er eenige nadeelige ſamentrekking en te rug-houding der ſappen verwekt, en het bloed begint ſtille te ſtaan, waar uit eene ontſteking in de borſt ontſtaat, welke gemeenlyk met eene heete en *inflammatoire* Borſtkoorts uitbreekt. Warme Vertrekken geven ook eene oorzaak tot hardlyvigheid; want, al te veel zweets uitdryvende, zoo onttrekken zy het Lichaam de noodige Vochtigheden, die tot het onderhouden van een open lyf vereiſcht worden. Die hardlyvigheid veroorzaakt weder eene oppakking van dampen en winden, welken het gedarmte opzetten, aldaar vele verſlappingen veroorzaken, en ſtoffe genoeg aan de *Hypochondrie* verſchaffen, om derzelver woede, aan deze Boek-oeffenaren te doen ondervinden. Ten leſte wreeken zich de warme Vertrekken ook daar door aan derzelver vereerderen, dat zy hun eene ſchurft-achtigen en jeukerigen uitſlag, als eene vlytiglyk gezochte belooning, byzetten. Deze zyn de natuurlykſte gevolgen van de al te groote warmte in de Studeerkameren, waar by men wyders te bedenken heeft, dat dezelven mede den vereiſchten en genoegzamen ſtoelgang, en de noodige afſcheiding van het water vermindere, waar door eenige onzuiverheden, welken hadden moeten afgeſcheiden zyn, in het Lichaam overblyven, en in het bloed te rug keeren, alwaar zy tot een ſtilſtand, vervuiling, jicht, hoofdpynen, en andere ongemakken aanleiding geven. En, wie kan alle ongemakken optellen, welken van deze al te groote warmte der Vertrekken ontſtaan? Willen de Predikanten dezelve derhalven, niet om *Oeconomiſche* of huishoudelyke redenen vermyden

miſſchien ook, dat niet te laken is, om eene andere uitſpanning by te woonen; als die beter met zyn beroep en Studie, dan de twee laatſtgemelden ſtrooken mogt, en meer tot zyne eere konde ſtrekken.]

den, zoo moeten zy het toch, om hunne Gezondheids wille, en uit hoofde van hun Ampt, doen, als in het welke de ongemaklyke uitſlag, en andere kwalen, vele beletzelen veroorzaken; want zy behooren te overwegen dat de maat in alles te houden zeer nuttig zy.

Voornaamlyk hebben de Predikanten, by het gedurig peinſen en ſtudeeren, ook eene goede orde, ten aanziene van het gebruik der ſpyzen en voedzelen, te onderhouden. Alles, wat GALENUS den Staatslieden en den Geleerden in 't gemeen hier in aanpryſt, paſt ook op de Godgeleerden en Predikanten. Hy wenſcht namelyk dat dezelven, na 't aanwenden van een buitengewoonen vlyt, en na een diep en ernſtig mediteeren, eene dies te grooter onthouding oefenen wilden, in de ſpyze; welke hy naar zyn eigen voorbeeld gaerne geſchikt zag, dewyl hy, vermoeid en door bezigheden afgemat zynde, zich met de eenvoudigſte ſpyze, welke hy bedenken kon, te weten met enkel brood, vergenoegde; hoewel hy te gelyk toeſtemt, dat 'er buiten dat, vele andere goede, en ligt verteerbare ſpyzen te vinden zyn. Daar de minſten zich echter met zyne Voorſchriften in dezen vergenoegen, en naar dezelven zich zouden ſchikken willen, zoo moeten wy 'er op verdacht zyn, om eenigen anderen Levensregel voor te ſchryven, en zekere wetten nopens het geoorloofd en verboden voedzel op te ſtellen. Zonder dat wy het behoeven te zeggen, zal men wel toeſtaan, dat de Predikanten, die ſterk met het hoofd werken, zoo wel als andere Geleerden, voor een goed bloed moeten zorgen, en zagte en gemaklyk te verduuwen ſpyzen moeten gebruiken, ten einde zy fyne en goede ſappen mogen verkrygen. Alle voedzels, die een dik en zwaar bloed maken, en moeilyk te verteeren zyn, als ook

 al-

alles wat opzet en opblaast, moet den *Predikanten* ten eenenmale verboden worden. Daar toe behoort allerlei Pekelvleesch, als ook het Ganzen- Eenden- Zwynen- en Kalfs-vleesch, welk laatste in de Maag, eer het verteerd wordt, eene zuurheid verwekt, die nadeelig kan worden; Gerookte en gezouten Visschen, Pekelharing, Oesters, Mossels, en Stockvisch enz. zyn allen te zwaar te verduuwen spyzen, welke of niet of zelden, en niet dan in geringe mate, door onze Studerende Lieden moeten gebruikt worden. Veel Vet, voor al, als het taai en ranzig is, strekt voor de Maag tot last, geeft weinig voedzelsap, en bederft de stemme. Onder de Tuinvruchzyn de verscheiden soorten van Saladen, voornaamelyk wegens den Olie en Azyn, onverduuwlyk. Agurken, Konkommers, Meloenen hebben eene al te zeer verkoelende kracht, en zyn voor de gezondste Magen zelven niet wel te verdragen. De Radys verwekt opblazingen, en laat zich moeilyk oplossen. Onryp Ooft, Queen, Mispelen, Heidebessen of Braamen, Nooten en Kastanien verwekken hardlyvigheid. Alle soorten van Ooft, veroorzaken, als men 'er Bier op drinkt, eene gesting en gerommel en geraas, in het onderlyf; ja somwylen zelfs Kolyken. De Veldvruchten, die sterk opblazen, als Erweten, Boonen, Rapen, enz. behooren hier mede toe. Allerlei Koeken en Gebak, uit Melk, Meel en Eijeren, als het al te vet of te sterk gekruid, en niet wel uitgebakken of gegest is, verzwakt de verteeringskrachten der Maag. Zuikergebak, en ingeleide Vruchten zyn ook wegens de zoetigheid niet dienstig, en vele speceryen zyn van een al te opdroogenden aart. Hardgekookte Eijeren, of als ze gebraden worden, geven ook een niet ligtelyk te verduwen voedzel. Eijerkoeken, Knoedels, Panne- en Kaas-koeken, als ook de

de oude Kaas zelve, liggen zeer hard in de Maag en bezwaren de Studeerenden derwyze, dat ze niet, dan met moeite, na zulks te eeten, hun werk verrichten kunnen. Ik weet een voorbeeld van een Predikant, die door het eeten van Eijerkoeken zyne Maag dermaten bedorven hadt, dat 'er een heftig braken op volgde. Week en al te warm brood is ten hoogste nadeelig, dewyl het zich niet ligtelyk laat breken. Doch, om nu ook iets van de nutste spyze te zeggen, na dat wy 'er zoo velen hebben uitgemonsterd, zoo koomt ons voor dat de eenvoudigsten, die de minste bereiding vereischen, en het eeten van niet vele spyzen onder elkander, de gezondsten zyn, en de beste sappen geven. Het Brood uit roggenmeel bereid, heeft zeer veel voor uit boven allerlei tarwen- en witte-brood, want het versterkt en voedt beter, en heeft ook de deugd, dat het onreine stoffen, welke zich in de darmen vastzetten, mede neemt, en aan de *Hypochondrische* Studenten dus zeer velen dienst toebrengt. Onder de Vleeschspyzen is het Lams- en Schapen- en somwylen ook het Rund-vleesch zeer voedzaam; mits het laatste maar niet in Azyn gelegd of tot zuur gebraad gemaakt worde. Somwylen mag men ook Ham en Gerookte Worst en Rundvleesch gebruiken, welk door den rook tot een goed voedzel is gemaakt. Het vleesch van Hoenderen, Kapoenen, Duiven, en dat van allerlei Wild is zeer gezond, om dat deze Dieren veel beweging hebben, waar door het vleesch met vele voedende sappen is doordrongen. Visschen uit vlietende wateren kunnen, ter beurtwisseling, nu en dan mede veilig gebruikt worden; doch men moet in dezen vry blyven, en zich aan geene wetten noch dagen laten binden. Gebraden vleesch is voedzamer, dan 't gene gekookt wordt, want van het laatste gaan vele voedende dee-

len door het kooken in het ſap of de ſoupe, terwyl 'er velen vervliegen, die door 't ſmoorend braden behouden worden. Krachtige Vleeſchſoupen zyn echter ook niet te verſmaden. Verſche Boter is de eenige vettigheid, welke, voor alle Menſchen, overal gezond is. Onder de Tuin en Veldvruchten pryzen wy de *Pieterſelie*, *Kervel*, *Spenagie*, *Zeldery*, *Endivie*, en *geele Rapen* aan, als 't bloed verzoetende en ter Spysverteering dienſtige voedzelen. Gekookte ſpyzen, die een ſlymig vocht in zich hebben, als Havergort, Grutte, Ryſt, Gierſt, zyn voor de Ingewanden van grooten dienſt. [Laat ons hier by voegen 't gene Dr. MACKENZIE in 't *Engelſch* onlangs ten dezen aanzien beredeneerd heeft. Het beſte voedzel, zegt dees Geleerde *Engelander*, is dat gene, welk eenvoudig, voedzaam, zonder ſcherpheid, en ligt te verteeren is; en de voornaamſte regel, hier omtrent in acht te nemen, is gezonde ſpyzen te eeten, en gezonde dranken te drinken, in eene behoorlyke mate. Nu wordt genoegzaam alle Voedzel in 't gemeen gebruik gezond bevonden door de ondervinding der tyden, en een middelmatig gezond Menſch behoeft onder geen vermoeden van gevaar te zyn, om het zelve te gebruiken. Een gemaklyke regel, waar door elk, in de keuze van zyn Voedzel, kan te regt geholpen worden, is, dat hy moet acht geven op het gene met zyn geſtel overeenkomt, en op het gene hier tegen ſtrydt; op dat hy 't eene kieze en het andere myde; en ten aanzien der veelheid, moet elk zoo veel gebruiken, als genoeg in ſtaat is, om hem te onderhouden en te verſterken; maar niet zoo veel dat het de Maag overlaadt, en moeielyk te verteeren is, omtrent welke maat, de natuurlyke eetluſt eene vaſte en geregelde Lei-draad aan de hand geeft; want, als men den maaltyd eindigt met een

luſt

luſt naar meerder, dan heeft men genoeg gegeten. De Geleerde of Studeerende Man kan hier in zoo wel, als een ander, overtuigd worden, dat hy niet buiten 't ſpoor gegaan zy, als hy terſtond na den eeten kan ſchryven, denken, lezen, wandelen, of met vermaak het noodige Werk verrichten; of als men, na het avond-eeten, zyn ſlaap niet afgebroken of verkort bevindt, door 't gene men gegeten of gedronken heeft, en als men den volgenden morgen geen hoofdpyn, noch kwaden ſmaak in zyn mond heeft, maar op het gewoone uur verfriſcht en blymoedig opſtaat.

Eene andere nuttige regel is, dat wy ons zelven niet toegeven in het gebruik van verſchillende en niet overeenſtemmende ſpyzen in eene en de zelfde Maaltyd. Want al kan een goede Maag mogelyk Viſch, Vleeſch, Wyn en Bier verteeren, zoo zal, indien 'er Salade, Room en Vruchten by genuttigd worden, gelyk maar al te dikwils geſchiedt, dit winderig Mengzel de Ingewanden opſpannen en de verteering beletten.

De veelheid en vaſtheid van eens Mans voedzel behoorde overeen te ſtemmen, met de ſterkte van zyn geſtel, en de oeffening, welke hy doet: voor jonge ſterke Menſchen, zyn alle ſoorten van dingen, die in gemeen gebruik zyn, goed voedzel; en deze kunnen 'er met gemak zulk eene veelheid van verteeren, welke voor zwakke en veelzittende Geleerden benaauwd zoude vallen. (*)

Wel-

[(*) Geeſtig is het gene, welk een *mediteerend Student* onlangs, hier te lande, ten aanzien van de Spyzen, opgaf. Hy meende namelyk dat de Spyzen (en daar is vry wat aan) zeer veel invloeds op den Geeſt maken. Waarom zoude *Pythagoras* anders al, in zynen tyd, aan zyne Scholieren het eeten van *boonen* afgeraden hebben?

 Hy

Welgerezen en goed doorbakken Tarwenbrood, is het kostelykste voedzel, zynde gezond en versterkende op zich zelven, en zich wel vermengende met alle soorten van Spyzen, en dikwils aangenaam voor de Maag, als alle andere dingen dezelve bezwaren. Ook

Hy giste en vermoedde of de genen, die op publieke beurssen ter *Akademie* studeeren, welk meest omtrent *Theologanten* plaats heeft, niet wat te veel Gort, Erweten en Boonen kregen, om 'er geestige Verstanden, en weldenkende Geestelyken, door te worden; of schoon een goed stroef en massyf verstand in studien van hooge Wysheid misschien beter voegt. Doch dit wil hy aan de byzondere faculteiten overlaten, als best wetende, hoe veel Geest 'er tot ieder, zoo het 'er al in vereischt wordt, noodig is. — Aan zich zelven nam hy de Proef met eenige dagen achter een Gort en wat Hutspot te eeten. Dit maakte hem zeer opgeblazen. Hy stelde iets op, doch het kwam hem eenige dagen daar na, toen hy 't overlas, op een tyd, na dat hy wat gestoofde Groente, en een geurige *fricandeau* van Kalfsvleesch gegeten hadt, zoo gemeen voor, dat hy het aan flarden scheurde. — Even plomp kwam hem een opstel voor, gemaakt na 't eeten van boeren-boonen en een stuk spek, en daar een goed glas 16 gl. bier opgedronken was. Dit herzag hy juist op een dag dat hy wat gestoofde porcelein, en eenige watersnippen gegeten en dezelve met een goed glas Bourgonje Wyn begooten hadt. Ham, gebraden Rundvleesch en Pudding maakten hem ook ongesteld, om wat goeds op te stellen. Als hy op zyn *Fransch* at en wat *Bourgonje* toe dronk, namen zyne Denkbeelden altoos een lugtigen zwier; en dan zoude hy wel iets aartigs hebben kunnen opstellen; doch dan begon hy zoo lugtig en *Voltairiaansch* te denken, dat hem niet te raden was, zyne pen by deze gelegenheid op het papier te zetten. — Men kan wel zien, dat hy 'er wat grappen onder werpt, doch, met dit alles, den bal niet geheel misslaat; en dat de een of andere spyze en drank al vry wat vermag, zoo men 'er zich in te buiten gaat, om de geheele dierlyke Huishouding te ontstellen, en te gelyk ook de verstandige vermogens te krenken of buiten werking te houden.]

Ook moet men opmerken, dat alle Spyzen, of Lepelspyzen het best zyn, als 'er eene onmiddelyke verfrissching vereischt wordt, na eene langduurige onthouding, of zware vermoeidheid, om dat zy schielyker met het bloed vermengen, als vaste spyzen.]

Wat zullen wy nu van de Dranken zeggen? Zullen wy de Koffy verbieden; dan, zeker, zouden wy wel haast den haat van de geleerde Waereld ons op den hals halen. Zoo gestreng willen wy ook niet zyn in 't voorschryven van eene geregelde Levenswyze; en wy laten deszelfs matig gebruik, naar de gesteldheid der omstandigheden, den *Predikanten* gaerne toe. Deze *Oostersche* Drank heeft, als zy niet misbruikt wordt, somwylen de zwakheid der Maag en velerlei moeilykheden eener slegte of ontstelde verduuwing der Spyzen, gelukkiglyk, uit den weg geruimd. De Olieachtige deeltjes, welke daar in zyn, en die de zenuwen der Tong, van het Gehemelte, en van den Neus prikkelen, toonen te gelyk hare werkingen in de overige aandoenlyke deeltjes van 't Lichaam, en vermeerderen deszelfs bewegingen. Uit deze vermeerderde beweging in de vaste deelen, ontstaat eene sterkere werking in de vloeibare deelen, eene sterker drift, aandrang, warmte, en verduuwing der sappen, een sneller omloop des bloeds, meer zweet, en meer afzonderingen en uitdryvingen in de inwendige deelen des Lichaams, gelyk dit door den Heer JOH. HENR. RYHINGER in zyne *Scheikundige Ontleding* van de *Koffyboonen*, te vinden in den vyfden band van de *Act. Helvet. Phys. Math.* zeer wel bewezen is. Deze Verhandeling, door den beroemden Dr. KRUNITZ overgezet en met Aanmerkingen opgehelderd, is in 't eerste stuk van 't nieuw *Hamburgsche Magazyn* geplaatst, alwaar men, [zoo wel als in meer

Geneeskundige goede Werken;] verſcheide berichten wegens de Voor- en Nadeelen van de Koffy vindt. Dr. MACKENZIE houdt het menigvuldig gebruik van dezen Drank, om dat die vlugger en heftiger is, voor gevaarlyker, dan de Thee. Zonder deze beiden echter te hooge te verheffen, zullen we hier alleen by voegen het onverwerpelyk Getuigenis van den Prof. HOFFMANN (in zyne *Medicin. Syſtemat. Tom.* 1. *p* 356,) die 'er dus van ſpreekt: „ onder die Middelen, welken de „ ſchadelykheid der genooten Spyzen afwenden en „ verbeteren, behooren ook de warme dranken, „ als *Thee*, *Koffy*, en andere in water afgetrok- „ ken kruiden, die inzonderheid hunne heilzame „ werkingen doen zien, ale zy na 't volbrengen der „ Spysverduuwing gedronken worden; want zy „ werken dan op de taaije ſlymige en zuure on- „ reinheden, die na 't genot der Spyzen overge- „ bleven zyn, en zich aan de inwendige bekleed- „ zelen van de Maag en Darmen vaſt zetten; als „ welke hier door verdund, losgemaakt, en van 't „ gedarmte als afgeſpoeld, en dus vervolgens, door „ den Stoelgang te ligter geloosd worden, zoo dat „ ze, door hare ſcherpheid, geene krampige pynen „ kunnen verwekken, gelyk dan, inzonderheid het „ Koffy drinken, de zuure en ſlymige Vuiligheden „ in de Darmen losmaken, en uit de zelve weg „ ſpoelen kan." — Men zoude ook kunnen onderzoeken, of het beter ware, dezelven met of zonder Room of Melk te gebruiken; waar by het, mynes achtens, meeſt op het temperament en op de gewoonte aankomt! Dr. PLATZ meent, in zyne *Diſputatie* getyteld *de Potus Coffee abuſu noxio*, dat dezelve, met Melk of Room gebruikt, minder nadeelig zy dan anders; doch, met verlof van de-

dezen kundigen Geneesmeester, achte ik dat men 'er de volgende bepaling wel by mag maken, dat men dan namelyk zich zelven eene matige beweging verschaffen moete, want alle Melkspyzen vereischen eene goede verduuwing, welke door eene matige beweging zeer bevorderd wordt. Een kop *Water-Chocolade*, zonder vele speceryen, die buiten dien het Lichaam wat sterk uitdroogen, is, nu en dan gebruikt, voor de Geleerden en Predikanten eene versterkende en voedzame drank. Maar op welken tyd van den dag, en hoe dikwils men zich van diergelyke dranken te bedienen heeft, is niet zoo net te bepalen. Het koomt in dezen veel op de gewoonte aan, welke met recht eene tweede Natuur te noemen is; en elk dient voor zich zelve zorgvuldig te beproeven, wanneer het voor hem dienstig is. Zoo veel kan men 'er nogthans met waarheid van zeggen, dat eene al te groote en te dikwerf gebruikte meenigte van warmen drank de Maag verzwakke en de Ingewanden aantaste; ook zal men zyne Gezondheid best bevorderen, als men, by het warm drinken des Morgens, eenig Brood of een Biscuit gebruike. De koude dranken zyn, in tegendeel, even als aan alle andere Geleerden, zoo ook in 't byzonder den Geestelyken, by uitstekendheid aan te pryzen. Men zal my, zoo ik hope van geene onbillykheid beschuldigen, als ik aan het water den voorrang geve. In de oudste tyden der Waereld hebben de Menschen het zelven gedronken, en het geluk gehad, om zich daar door eene duurzame gezondheid te verschaffen, en eenen hoogen ouderdom te mogen bereiken. En als men het zonder vooringenomenheid onderzoekt, zal men genoodzaakt zyn om deszelfs voortreflyke deugd te erkennen. Zoo men iets

een algemeen Geneesmiddel, of een behoedzel tegen vele kwalen kan noemen, zoo past deze tytel aan het zuivere en koude water, welk de zinnen ſcherpt, de verrotting in de ſappen belet, het bloed vloeibaar houdt, en in bloedryke geſtellen verdunt, een vryen en evenredigen omloop aan het zelve verſchaft; gelyk het ook de ſlymigheid en taaiheid der Vochten of voorkomt of oploſt, en alle ſtremming in dezelven belet. In de Cholerieken matigt het zelve de al te groote beweging en de hitte der humeuren. In Kinderen dient het om het taai en melkachtig voedzel te ontbinden en gemakkelyk te doen verteeren. Voor de Jeugd en middelbare jaren dient het om de *Scorbutieke* ſcherpheden in de vochten te matigen en dus vele ſmerten en verſtoppingen voor te komen. En, voor oude Menſchen is het goed, om de harde vezelen te verzachten, en leenig te maken, en eene gemakkelyker omloop van bloed en ſappen te wege te brengen. Het kan als eene voortreflyke Bloedzuivering aangemerkt worden, dewyl het alle onreinheden, en de zoute en groove bloedsdeelen, welke daar of elders zich verharden zouden, met zich voert, doet afſcheiden, en den Menſche dus tot al zyn werk te bekwamer en vlugger maakt; want alle de vaatjes van 't Lichaam, welker noodige werkzaamheid van iedere dierlyke verrichting afhangt, worden 'er door geſtreeld, en hierom zyn de Waterdrinkers niet alleen de werkzaamſte en levendigſte, maar ook de blymoedigſte en vrolykſte van alle Menſchen; en die Geleerden, die zich gewennen, om, nuchteren, een glas Water te drinken, hebben het voordeel, dat 'er hunne Magen door als uitgeſpoeld worden; en velen krygen 'er een open lyf door, welk hun eene merkelyke verzachting geeft ten aanzien der opblazingen

en ſmerten in het gedarmte. Het Water is derhalven waarlyk een onerkende weldaad van Gods onverdiende genade, en gelukkig zyn wy, indien wy het zelve, naar Gods wyze oogmerken, tot beveſtiging van een gezond leven aanwenden. Doch de Menſch, altoos bedacht op zyn luſt, en ryk in uitvindingen, om zynen ſmaak te voldoen, heeft dezen eenvoudigen en heilzamen drank verlaten, en de kunſt uitgevonden, om zich andere hem welſmakende dranken te bereiden. De *Egyptenaars* zyn, naar het bericht van HERODOTUS (in zyne *Euterpe* L. 77.) de eerſten geweeſt, die uit Gerſte eenen Drank, by hen *Zythus* geheeten, toegeſteld hebben. Zy verkregen wel haaſt, onder andere Volken, die mede een goeden ſmaak bezaten, vele Navolgeren, en dus werden 'er hier en daar verſcheidenerlei Dranken ingevoerd. Tegen zulke nu algemeen ingebroken gewoonten zich aan te kanten, en dezelven te willen afſchaffen, is iets, waar over men vele tegenſpraak te verwachten heeft. Vele Predikanten, die goed Bier in hunne Kelders hebben, zullen ons wel ligt mede niet graag gehoor geven, en, ons liever uitlagchen en zeggen, dat zy zich by hun Bier zeer wel bevinden. Doch dit moet ons niet afſchrikken, om onze Gedachten wegens de ſchadelykheid van dezen drank voor te ſtellen; maar dewyl het onmogelyk is, om allerhande ſoorten van Bier te beoordeelen, zoo zullen wy ſlegts eenige algemeene herinneringen mededeelen. Alle Bieren, met *Hoppe* gebrouwen, ſtygen ligtelyk naar het hoofd, en verzwakken daar de Zenuwen, door derzelver geeſtigheid en vlugheid, en zyn dies den *Predikanten* ſterk af te raden. Zoete en niet wel uitgegeſte Bieren verzwakken de Maag en 't Gedarmte, en verwekken opblazingen; zyn ze te

ſterk

ſterk en te vol mout, dan ontſtaat 'er wel eens eene volbloedigheid en engborſtigheid uit. De witte Bieren, als daar zyn het *Duckſteiner* nevens de *Breihahn*; [en het hierlandſche *Zeeuwſche* en *Bredaſche*] hebben eene verkoelende kracht; ſommigen zyn weder te hetzig, [gelyk onze *Deventer* en eenige andere Bieren.] De *Brunswykſche Mom* is te geeſtig en verdikt het bloed. De Bieren op de Dorpen zyn zelden van eene goede geſteldheid. Als het Bier goed zal zyn, zoo moet het wel gegiſt hebben, en geene winden noch andere ongemakken te wege brengen. Willen de Geeſtelyken zich het Bier niet laten verbieden, dan moeten zy 'er ten minſten Water mede onderdrinken; op dat hunne ſappen niet te zeer verdikt worden, anders moeten zy de ongemakken, welken zy 'er zich door op den hals halen, met geduld dragen.

Na het *Bier* komt de Wyn in aanmerking. Het zoude onze Kunſt tot ſchande gedyen en de Waarheid benadeelen, als wy den Wyn zyne voortreflykheid wilden afſpreken. —— *Paulus* zelve, die groote *Apoſtel*, heeft denzelven aan *Timotheus* wegens zyne zwakke Maag aangeraden, en wy moeten niet alleen, wegens de eerbiedigheid, welke wy aan de *H. Schrift* ſchuldig zyn, maar ook wegens de bevinding, welke deze meening beveſtigt, aan dezelve onze toeſtemming geven. Want, hy bezit het vermogen, om de Maag te verſterken, den verlooren Eetluſt te herſtellen, de kwade of ontſtelde Spys-verduuwing ras te verbeteren, de uitdamping te vryer te doen voortgaan, en aan het afgematte Lichaam nieuwe krachten, en een nieuw leven by te zetten. Hier uit blykt dat dezelve, als eene heilzame Artſeny is aan te merken, meer dan als iets, welk men dagelyks behoorde te gebruiken. De Scheikundige Ont-

le-

leding van den Wynlaat niet toe, daar aan te twyfelen. De deelen, uit welken dezelve bestaat, zyn zwavel, zout, een fijne wyngeest, water en aarde; en naar mate van het een of ander dezer deelen iets meer in den Wyn plaats heeft, zoo hangt ook daar van zyne onderscheide gesteldtenisse af. De Zwavel in den Wyn is eene brandbare stoffe, welke zich laat aansteken, en die onze Lichamen, wanneer ze met onze sappen vereenigd is, verhit. Veelmalen geeft hy, als het natuurlyke vuur al uitgebluscht is, eene heerlyke laaffenisse en versterking. Maar als dezelve nog al te vele zwavel-deelen in zich heeft zoo geeft hy aanleiding tot hoofdziekten, slaapzucht, verlamming enz. Ook is dezelve dan voor de Borst niet goed. Het zout van den Wyn is uit olie- en aard-achtige zuure deelen samengesteld, en daar uit ontstaat de Wynsteen. Als zich nu diergelyke deeltjes niet in overvloed in den Wyn bevinden, zoo verwekt hy den Eetlust, en is tot de opening en afvoering der onreinigheden zeer dienstig; maar, wie een bedorve Maag en veel zuur en geen Wyn van gematigde zuurheid heeft, die doet beter dat hy 'er geen altoos drinke, dewyl hy daar door nog meer zuurs in de Maag brengt.

De Wyngeest brengt het bloed in groote gisting en opwelling, en maakt dat alle willekeurige bewegingen in 't menschelyk Lichaam, dies te ligter en levendiger geschieden kunnen. De Mensch verkrygt daar door eene opgehelderde Ziele, en door middel van die vrolyke gewaarwordingen, wordt het Lichaam te gelyk geholpen. Het Water, welk den Wyn natuurlyk vergezelt, dient, wegens deszelfs vloeibaarheid, tot verdunning des bloeds. Maar, naardien 'er altyd aarde in het Water is, zoo moet 'er ook aarde in den Wyn wezen. In de Verharding

en

en Verstopping der Milt en in de *Hypochondrie*; welke kwaal zich dra by de *Predikanten* gemeen maakt, is een glas goede en oude Rhynsche en Hongarische Wyn, in 't byzonder over tafel, by en na het eeten, zeer dienstig. Zyne zuurheid is hierom onschadelyk, om dat dezelve door zyn geestig wezen verzacht, en tot een heilzaam middel gemaakt wordt; als mede om dat dezelve aan de zwavel hare kracht beneemt, zoo dat deze het bloed niet al te zeer verhitten, en naar het hoofd stygen, en 't zelve belemmeren kan. Om nu aan de *Predikanten* een regt goeden tafeldrank voor te stellen; zoo is het noodig de kenteekenen aan te geven, naar welken de goedheid van den Wyn kan beoordeeld worden. De volgende worden voor onbedrieglyk gehouden. Een aangename en versterkende reuk. Hy moet de tong op eene lieffelyke wyze samentrekken; en men moet bemerken dat hy ook tot in den Neus indringe. Eene goud-geele, heldere, doorzichtige verw, is ook een bewys van zyne deugd. Hy moet in geenen deele eenige bezwaarnis, ten aanziene van het Lichaam, veroorzaken, den eetlust opwakkeren, en de spysverduuwing helpen bevorderen. Het Lichaam moet vervolgens vlug en vaardig worden, en door 't aanhoudend matig gebruik van dezen Drank, moet dezelve geen Vader van Steen, Graveel of *Podagra* worden. Al te zoete aangesmeerde en vervalschte Wynen, die, wegens het bederf en en de looze begeerlykheid des Menschen, in meenigte in de waereld aangetroffen worden, als ook de Wyn by de *Italianen*, die denzelven, met *Zilverglid* (*Lythargyrium Argenti*) welk een langzaam vergift, is aanmaaken, zyn in den allerhoogsten graad schadelyk. Voor het overige doet men zeer wel, als men zich by het Wyndrin-

drinken van Water bedient; vermits als men 'er Bier by drinkt, eenen dubbelde hitte in het Lichaam te wege gebragt wordt. Selden zyn de *Predikanten* ten platen Lande zoo gelukkig, of in zulke ruime omſtandigheden, dat zy Wyn over tafel drinken, of 'er zich en hunne Huisgezinnen en Vrienden op onthalen kunnen. Zy nemen daarom hunne toevlugt tot den geliefden Brandewyn, dien zy, om eere en welſtans wille, by het Kinder-doopen, de Echtverbindinge en op Hoogtyden, mede drinken, met welke zy hunne *Parochianen* als dan beſcheid doen moeten. Vele *Predikers* verbeelden zich daarom, dat een ſlokje van dezen drank, by den Maaltyd gebezigd, eene wonderbare kracht bezitte, om de ſpyzen te helpen verteeren en hen dus bekwaamer maakt, om vervolgens met te grooter yver hunne Letteroefeningen voort te zetten. Voornaamlyk neemt men dezen heeten drank op raauwe, onverduwlyke, opblazende en vette Spyzen, en op verſch giſtend Bier; en dus meent men zich met dezen *Nectar*, in plaatſe en by gebrek van den Wyn, al zeer veel goeds te doen. Wy ſtaan toe dat hy, ſomwylen druppelswyze en als eene Artſeny gebezigd, gelyk de *Arabieren*, kort na deszelfs uitvinding, deeden, van goeden dienſt, of buiten nadeelige gevolgen wezen kan; maar anders is hy zeker ſchadelyk, hoewel men den zelven een langen reeks van Jaaren agtereen gebruiken kan, zonder deszelfs treurige werkingen te ondervinden. Want, door den zelven wordt het bloed verdikt, de nuttige vochtigheid verteerd, en het drooge Lichaam nog meer uitgedroogd. Met der tyd zyn de Nakomelingen aan Waterzucht, Teering, Hoofdzwymeling, Leden-ziddering zwarte en geele Zucht, en niet zelden aan de vallende Ziekte en vele kramptrekkende toevallen onderworpen. By de

Hy.

Hypochondrici, of *Miltzuchtigen*, gelyk 'er vele zulken onder de vlytige Geestelyken zyn, maakt dezelve beklemdheid van 't harte, verhitting van 't bloed, verstopping der Ingewanden, en doet aan de Zenuwen zeer veel nadeels. Als men dien ter bevordering van de spysverteering wil gebruiken, schynt hy in den eersten aanvang zeer goeden dienst te doen; doch dit geschiedt niet zonder nadeel van de Maag, die aan den zelven zoo gewend wordt, dat dezelve ten lesten haaren pligt, zonder dezen drank, niet meer wil volbrengen.

Eene sedert vele Jaren ingevoerde Gewoonte heeft het *Memoriseeren* voor de *Predikanten* noodzaakelyk gemaakt, waar van die *Leeraars* zich uitzonderen, die, naar de wyze der *Engelschen*, ook die Mode beginnen te volgen, om hunne uitgeschreven Leerredenen voor zich te leggen, en voor de *Toehoorderen* van woord tot woord op te lezen; waar by de vergadering zeer veel van het vuur en de kracht en levendigheid verliest, welke zulk een Voorstel gehad zou hebben, was het voor den vuist, en uit het geheugen, voortgerold; gelyk het ook onzes achtens eene kleinachting aanduidt, om dus de Zedelessen en Vermaningen, welken de Godsgezanten in 's Heeren naam voorstellen, met zeer geringen nadruk en eentoonigheid voor te stellen, zonder dat 'er die behoorlyke drift en ernst by is, welken men bespeurt, als ze, of uit het hoofd, na een voorgaand *Memoriseeren*, of voor de vuist, door een ongemeene kracht van Geest, zielroerend uitgesproken worden. Doch wy willen, tegen dit misbruik hier, in 't byzonder, geen harnas aantrekken; maar alleen eenige Regelen ten aanzien van het *Geheugen* mededeelen. *Eerst*, hoe men het *Geheugen* het beste versterken zal, ten *anderen*,

wel-

welke tyd het bekwaamste is, om te *Memoriseeren.* By het eerste zullen wy, naar de Mode der eerstbeginnende Proponenten, welke het nog aan stoffe ontbreekt, moeten aanwyzen, hoe en waar door de Gedachtenis niet gescherpt noch versterkt wordt, en ten anderen hoe men het Geheugen kan verligten, verbeteren, en met vrucht te hulpe komen. Wy kunnen geenszins die Geneesmiddelen aanpryzen, welke men ter opscherping van 't Geheugen opgeeft, en waar toe ook alle Zenuwversterkende middelen gerekend worden, die men al te hooge verheft. Eenigen verbeelden zich wel dat de bladeren van *Peterselie* en *Zeldery*, op het voorhoofd gebonden, of derzelver Geesten, daar aan gestreken, een zonderlingen dienst in dit opzigt zouden doen; terwyl anderen daar toe onderscheiden Niespoeders aanraden, van welken zy by het van buitenleeren meenen eenen goeden dienst bespeurd te hebben. Deze dingen kunnen somwylen wel eenigen dienst doen. Want een zeer vochtig en waterig brein (*) is niet bekwaam

[(*) Want, schoon het Geheugen een natuurlyk en wezenlyk Zielsvermogen is van den Mensch, zoo wel als van zuivere Geesten, zoo wordt het echter onder ons, by uitnemendheid, geholpen of gedwarsboomd, en ontvangt zyne vele verscheide vormingen of bestaanlykheden, naar de byzondere gesteldheid van 't brein van elk wezen, waar in het plaats heeft. Net te willen zeggen, welk een gedeelte der hersenen het zy, waar in de beeldtenissen der Voorwerpen bewaard worden, zou zeer moeilyk vallen, gelyk ook de bepaling, waar in het eigenlyk bestaat; of waar door en hoe duizende van denkbeelden in 't zelve bewaard en weggelegd, en weder vernieuwd en herinnerd worden, naar ons welgevallen. Bedenkelyk zullen die zelfde Vezeldraden, Vaten en Openingen der Hersenen, welke in beweging gebragt worden, als onze Ziel zich 't eerste denkbeeld van iets begint te maken, dezelven ook te hul-

kwaam om met het Verstand eene zaak regt te begrypen, en ze wel in 't Geheugen in te drukken, tot verbetering in dezen komen dan zulke zaken wel te passe, die de vochtige, en al te weeke herssenen wat opdroogen, en de vochtigheden uit het snotvlies (*Tunica pituitaria*) wegnemen, eer deze met het bloed zich in de Hersenen indringen: zoo dat dus het Geheugen versterkt kan worden, of verbeterd; maar in vervolg van tyd helpen deze middelen niet meer, en men heeft opgemerkt, dat Luiden, die dezelve te dikwils en veel gebruikt hadden, eindelyk al hun Geheugen daar door verlooren hebben. Het gaat hier mede bykans even eens, als met zulke Planten, welken in Broeikassen en bewaarde Tuinhuizen, met moeite en geweld tot rypte gebragt worden, en dan ook vruchten dragen, maar die, ten tyde als andere Planten van den zelfden aart, in den kouden grond, in vollen bloei staan, reeds uitgeput zyn en vergaan, terwyl deze houlaatsten, in welken de Natuur haren loop blyft houden, van een veel duurzamer bestaan zyn. Een veel zekerer middel is 't, als men door aanhoudenden vlyt het Geheugen zoekt te sterken; en het zich van den beginne af aan, wat zuur laat worden; want, eens ondersteld zynde dat men over de eerste Preek agt dagen leeren moete, zoo zal een vlytig oefenen, en het kampen tegen alle zwarigheden, het eindelyk zoo verre brengen, dat men die in

pe komen, als die zaak weder herdacht moet worden, en als dan zou hier uit volgen, dat het geheugen juist geene net bepaalde byzondere plaats in de herssenen hadt, die tot deszelfs eigen dienst behooren zoude, maar dat het zich onverschilliglyk bediene van alle de deelen dezes Ingewands, die tot onze gewaarwordingen, of tot het gebruik van onze verstandige vermogens dienen.

in een a twee dagen, ja somwylen binnen eenige weinige uuren tyds, in 't hoofd kan brengen. Ik heb Predikanten gekend die, in den beginne, in dit opzigt, zeer moeilyk studeerden, maar het door aanhoudende neerstigheid, in vervolg van tyd, zoo verre bragten, dat zy na eenige reizen hunne Preeken doorgelezen te hebben, dezelven welvloeijend herzeggen konden. Het helpt in dezen ook zeer veel, en verligt den arbeid, als men de opgestelde zaken te vooren behoorlyk doorgedacht en met het verstand wel begreepen heeft; 't gene zekerlyk den genen niet kan gebeuren, die zich even als de *Raaf* van de Fabeldichter met vreemde vederen, of geleende gedachten van anderen opschikken, welk dan meer tyds vereischt, om van buiten te leeren. Het is ook een groot voordeel, als men niet, terstond na het bedenken, en opstellen, aan het Memoriseeren gaat; want het Lichaam wordt door het veel denken en mediteeren, naar de uitspraak van den wysten der Koningen, al te zeer vermoeid, en dan is 'er eenige verpoozing van nooden. Ook is het nuttig om niet te veel teffens te willen onthouden, maar nu en dan eens wat ophoudt, en een half uur rust, eer men deze en gene verdeeling zich eigen maakt, als ook dat men niet overluid van buiten leert, welk het Lichaam en de Ziel te veel doet werken, lyden en vermoeijen.

Men ziet dus dat de goede of kwade staat van 't Geheugen ten grooten deele af hangt van 't gebruik, welk men 'er van maakt. Eene geduurige oefening van het zelve zal het bekwaam maaken tot den allerlastigsten arbeid en dienst; maar als men zich van dit Zielsvermogen niet bedient, gaat het bykans geheel en al verlooren. Zy, die maar weinig lezen en opmerken, kunnen ook maar weinig

onthouden. Zy, die maar een enkel uur op den dag zich met het herdenken van zaken bezig houden, zullen buiten den bepaalden tyd zich naauwlyks iets kunnen herinneren. Men behoorde ook eene veelheid van *Woorden*, zoo wel als van *Zaken*, in zynen Geeſt op te leggen ten einde men dus een overvloed en verſchiet van uitdrukkingen verwierf, om zyne gedachten, by alle gelegenheden, ligtelyk aan anderen te kunnen mededeelen. Men mag ook in dezen op de volgende regelen acht geven:

Tot het wel onthouden van 't gene men leeſt of leert, is ten hoogſten noodig eene *behoorlyke aandacht* en *vlyt*. Als de Geeſt zich met ernſt en luſt aan een voorwerp hecht, maakt alles, wat men ten dien aanzien denkt of leeſt, een des te dieper indruk in denzelven. Minſt leert men zich iets inprenten, als de Geeſt over allerlei andere voorwerpen heenen dwaalt; of als men zich aan ledigheid, traagheid en luiheid overgeeft; en als men ook te veel dingen teffens wil lezen of overloopt, zonder 'er iets van in den Geeſt in te prenten, dewyl dan alles weder ſchielyk heenen vloeit.

Men moet een *klaar* en *duidelyk begrip* hebben van 't gene men wil onthouden. Als men den Geeſt met wezenlyke kenniſſe wil verryken, moet alles klaar, onderſcheiden, en bevatbaar aan het Verſtand voorgeſteld worden, als men wil dat het Geheugen 't zelve wel bewaaren zal; want zwakke, verwarde en dubbelzinnige Denkbeelden verdwynen even als de iedele ſchimmen van een Droom, of als voorwerpen, welke men in de ſchemering ziet.

Om het Geheugen vaſt te maken, en te doen duuren, is ook voor al een *goede order* en *geregelde Leertrant* noodig, in de zaken, welke men

voor-

voorſtelt of onderwyſt; waarom dan ook de *Syſtematiſche* Leerwyze de beſte en gevoeglykſte is, om onze Ziel met eene wezenlyke en welgegronde kenniſſe te verryken. — Voor al moeten de *Predikanten*, in 't Memoriſeren, zich, by trappen, de wyze eigen maken, welke men onderhoudt in 't voorſtellen van derzelver voornaamſte deelen. Ik achte het eene fout in velen, dat ze alle order in deze ſchynen te verwaarloozen, of zoo te verbergen, dat men ze bezwaarlyk ontdekken kan. Men zou haaſt kunnen vermoeden dat dit opzetlyk geſchiedde, om dus drie- of vier-malen eene en dezelfde Preek, onbemerkt, te kunnen leveren. Doch ik wil liever denken, dat men het doe, om zich naar den verkeerden ſmaak der hedendaagſche Waereld te ſchikken, hoewel zulk een leertrant minder nuts doe, dan de oude, en het zoo wel voor de Toehoorderen als den Prediker veel beter zoude zyn, zich te bedienen van eene Order, die deze Preek gemaklyk in 't Geheugen drukt, en daar de bewyzen en gevolgen net en geregeld onderſcheiden werden.

Een ander voortreflyk middel, om de zaken in 't Geheugen te prenten, is een geduurige *overzigt*, en zorgvuldige *herhaling* derzelven te doen, en 'er *korte begrippen*, of *uittrekzelen* van te maken. Dit ſoort van behulp is even nodig voor de *Predikanten* als voor de *Advokaten*, die aldus ook de bekorte *Geheugenis-Cedullen* der voornaamſte zaken, welke zy willen verhandelen, opſtellen. Zulk ſoort van *Uittrekzelen* laat zich zeer ligtelyk lezen en als men de voornaamſte hoofden zyner Verhandeling wel heeft opgemerkt en aangeteekend, dan laten de denkbeelden ter uitbreiding zich ligtelyk uitdenken, of herroepen, en plaatſen zich om zoo te ſpreken van zelve

in order. Hier in, gelyk ook tot vele andere einden, is de kunst om by verkorting te schryven van een uitstekend gebruik; en die zich van deze manier niet bedient, heeft wel een dubbeld deel van Geheugen noodig, om by gelegenheid, te kunnen wedervinden, wat hy geleerd heeft.

Ten aanzien nu van den tyd, waar in het *Memorijeeren* best geschieden kan, is onzes achtens, de Morgenstond (de allervoegzaamste) om dat wy dan zeer opgewekt en vlug denken, en bevatten kunnen. Men kan 'er ook den Namiddag toe kiezen, mits het dan niet terstond na het eeten geschiede, dewyl anders de Maag in het werk der spysverteering gestoord wordt: ook moet het niet kort voor den tyd, om ter ruste te gaan, geschieden, om dat de opgewekte Levensgeesten en de gaande gemaakte kracht der verbeelding, dan den slaap beletten zouden. En het spreekt van zelve dat de *Predikanten* hunne Leerredenen, by tyds, moeten in gereedheid brengen, op dat ze zich niet by onverhoeds voorkomende bezigheden van hunne Bediening, overhaasten, en dus hunne krachten te veel vergen moesten.

Met opzicht nu tot de plaatsverkiezing, zoo wel tot dit *Memoriseeren*, als tot *Studeeren* en *Mediteeren*, voege ik hier nog by, dat men nooit zulk eene behoort te kiezen die een al te schoon uitzigt heeft, of die eene verscheidenheid van tastbare en treffende Voorwerpen voor oogen stellen mogt Want al te groot een licht en al te vele Voorwerpen, die op de oogen en ooren indruk maken kunnen, voor al, als het beweeglyke Voorwerpen zyn, die telkens door nieuwen opgevolgd worden, hebben een al te gevaarlyk vermogen, om de *aandacht* en de *ziele* van zich zelve, en

aan

aan de beschouwing dier waarheden, welke zy bespiegelt, bepeinst en zich zocht in te drukken, te ontrooven; behalven dat men 'er door in eene lage en ydele nieuwsgierigheid vervalt, en in eene wispeltuurigheid van geest, die zich overal meê vermaakt, en nergens by blyft stille staan.

Zoo veel meende ik ten aanziene van dit gewigtig gedeelte der Amptbezigheid van verstandige Godgeleerden en Studenten, hier wel te mogen zeggen, en aanpryzen, Om nu ook niets van dat gene te laten voorby slippen, welk tot het *diætetisch* gedrag van een Predikant behoort; zoo zal ik hier, ten besluite van deze *Afdeeling*, nog de *zeven Gezondheids-regelen* van den Hoogleeraar HOFFMANN byvoegen en aanpryzen, en ze ten beteren gebruike der *Geestelyken* met myne Aanmerkingen vergezellen.

De *eerste* is, *men moet al het overtollige vermyden.* Dit kan men passen op alle zulke dingen, die invloed op de Gezondheid hebben. Voornaamlyk geldt dit van het *Tabak-rooken* en *Snuiven*; welk in meer dan eenerlei opzigt schadelyk is; te meer als men by het eerste weinig drinkt. Want dit droogt het Lichaam uit, verzwakt de Zenuwen, en voert de vochtigheden naar het hoofd. In dit geval moet men zich by den regel houden, dat *een drietal volmaakt* is, *omne trinum perfectum*; of dat *alle goede Zaken in drien bestaan*; en daarom is 't best voor den Godgeleerden met drie pypen *Tabaks* zich op eenen dag te vergenoegen; als eene des morgens vroeg, de andere des namiddags en de derde des avonds. De Snuiftabak maakt verstoppingen, en benadeelt de spraak, en hier van zullen wy hier na iets meer zeggen. In 't algemeen mag men aanmerken, dat iedere buitenspoorigheid, in

welk eene zaak zy ook begaan worde, onze Gezondheid benadeele.

De *tweede Regel* is, *men moet niet al te ras eene verandering onderneemen, in het gene, waar aan men zich lange gewend gemaakt heeft, want de gewoonte wordt met der tyd als in eene tweede Natuur veranderd.* (*) Men kan door de Gewoonte de verbazendste dingen leeren uitrechten, en dus als tegen de Natuur aan werken. Bevindt men nu, dat men zich aan schadelyke dingen gewend heeft; zoo moet men dezelve allengskens en by trappen zoeken af te leggen. Eene haastige verandering maakt al te heftige bewegingen in het Lichaam, die voor de Gezondheid van de allervreeslykste gevolgen kunnen zyn. Dus zouden de *Predikanten* zich aan vele gevaarlyke toevallen blootstellen, als zy in yskoude Kameren wilden gaan letterblokken, daar zy tot hier toe hunne Studien, in warme of heete Vertrekken hebben voortgezet. Men bedenke, dat men in de Waereld niets door dwang moet uitrichten. De Natuur wil allengskens en met gemak gevolgd en geleid, maar door geen geweld altoos aangedreven worden.

De *derde Regel* is: men moet altyd van een vrolyk, gerust en bedaard gemoed zyn. De Blydschap, het Genoegen, de Hope en de Moed in 't weldoen, geven stevigheid en sterkte aan de Zenuwen en bevorderen de Spysverteering. Een gerust hart, welk

(*) HIPPOCRATES heeft in zyne *Aphor. Sect.* 2. *Aph.* 21. dezen Regel gegeeven: *Semel multum et repente vel evacuare vel replere, vel calefacere, vel refrigerare, aut alio quovis modo movere, periculosum:* dat is: *te veel op eenmaal, en te schielyk te ontlasten, op te vullen te verwarmen, of te verkoelen, of op eenige andere wyze te bewegen, is zeer gevaarlyk.*

welk uit een goed geweten ontſtaat, en door het Vertrouwen en de Vrolykheid onderſteunt wordt, verwekt de gezondſte onder alle de bewegingen. De Engelſche Kanſelier, *Lord* BACON, verzekert dat de byzondere vrolyke geſteltenis van Geeſt nuttig zy, als wy by onzen Maaltyd, of over Tafel zitten, en als wy ons ter ruſt nederleggen, dewyl men van den angſt of de treurigheid in tegendeel, weet, dat dezelven het nut verhinderen, 't gene wy natuurlyker wyze van deze Verkwikkingen moeten trekken. Wanneer ons derhalven eenige heftige of ſterke drift van dien aart overvalt, kort voor den tyd van het eeten of naar bed gaan, zoo doet men beſt, dat men dit zoo lange uitſtelle, tot dat men weder geheel bedaard zy; en het Gemoed zyne voorige ruſt herkregen hebbe. De *Predikanten* hebben ook boven anderen, zeer gewigtige redenen, om hunne Driften, door het Geloove, welk zy aan anderen prediken, aan de Reden te onderwerpen. Hoe ſtiller nu en geruſter, en hoe meer opgeruimd het harte is, hoe beter men ook in zyne Letteroeffeningen ſlaagt. Gevolgelyk moet een Predikant, zoo veel mogelyk is, alle verdriet en vreemde zorgen, van zich leeren verbannen of verzetten; en heeft hy eenige moeiten en verdrietlykheden te ondergaan, welken aan zyn ampt onvermydelyk vaſt zyn, zoo moet hy zyne Ziele tot gelatenheid gewennen. Moet zyne Studeerkamer ſomwylen de vergaderplaats van *Catechiſanten* zyn, die min of meer onvatbaar zyn voor de gronden der Heilleere hun voorgeſteld, of moet hy 'er aan Echte Lieden, die klagten tegen elkanderen inbrengen, gehoor verleenen, of andere bezwaarniſſen en bekommeringen van zyne Ledematen aanhooren, en trachten te verzachten; of wil en moet hy zich in ſtille eenzaamheid over de boosheid der Menſchen bedroeven, en beklagen, zoo heeft

hy zekerlyk by dit alles, zeer veel geduld noodig; en overvloedige reden, om zyne Driften in te toomen, en koelzinniglyk en bescheiden, die genen te regte te helpen, die hem komen lastig vallen. Doch by en met dit alles, moet hy zich ontslaan van de zorge voor onnodige en overtollige dingen, welke hem de bedaardheid en helderheid van Geest ontnemen konden: en teffens moet hy wel bedenken, dat dit niet met zyn beroep overeenkome; zoo min als een krygsman zich in zaken van handel en negotie mengen mag, indien hy den genen wil behagen, die hem aangenomen hebben.

De *Vierde Regel* is; *men moest zich altoos, zoo veel mogelyk, van eene zuivere en gematigde Lucht trachten te bedienen*, Deze Regel ontvangt uit het voorafgaande, ten aanzien van de ligging der Studeerkamer al beredeneerd, een genoeg toereikend Licht, zoo dat wy de moeite niet behoeven te doen, om dezelve nader op te helderen.

De *vyfde Regel* is: *Men moet altyd de beste voedzelen zoeken te gebruiken, welke bestaan in de zoodanigen, die met onze natuur overeenkomstig zyn; die in de Maag zich ligtelyk laten ontbinden, en schielyk wederom uitgeloosd kunnen worden.* Hier van hebben wy hier vooren ook reeds genoeg gezegd, zoo dat het onnoodig is 'er nu by stille te staan Alleen voegen wy nog by het gezegde, hoe men het voedzel best of behoorlykst te gebruiken heeft. Eenige Geleerden onder welken ook sommige *Predikanten* mede te tellen zyn, verkiezen niet, zoo veel tyds af te breken van hunne Studien, dat ze, in order, aan de behoeften der Natuur voldoen. Zy haasten zich daarom hals over hoofd, ten einde maar heel schielyk de Spyzen in te slokken, op dat ze maar ras naar het Studeervertrek geraken mogen.

Dit

Dit maakt dat zy de Spyzen zeer ſlegt kaauwen ; zoo dat dezelven niet genoeg van één geſcheiden, noch de ſappen uit dezelven behoorlyk uitgedrukt en niet opgeloſt kunnen worden: zoo dat de Spysvermenging in de Maag ook niet naar behooren, en veel moeilyker geſchiedt; terwyl de dradige deeltjes niet gevoeglyk geweekt kunnen worden. Hier uit ontſtaan veel al zeer treurige toevallen; dewyl de onzuiverheden, welke uit de niet ten vollen verduuwde ſpyzen ontſtaan, in de Maag en Darmen te rug blyven. De Maag wordt opgeblazen, gedrukt en geſpannen. Somwylen ontſtaat 'er eene walging en braking: en, in zoodanige Omſtandigheden, kan 'er onmogelyk eene welgemengde en vloeibaare Chylſtoffe of voedend Sap geboren worden. Allengs worden dan de Sappen des Lichaams taai, en daar op volgt dan ten leſten, eene gantſche verteering en uitdrooging van het zelve. De Leeraar *Prudentius* deze onvoegzaamheid en derzelver gevolgen willende ontwyken, onthoudt zich van alle ſpyze, wanneer hy op zyne Preek ſtudeert, tot dat hy dezelve afgelegd heeft, welk ſomwylen nog tot in den namiddag toe wordt uitgeſteld, dewyl hy dan op zyn gemak, en met te meer ſtilte en ruſte wil eeten. Hier mede heeft hy een zeer goed oogmerk, want hy wil zich in zyne gedachten door de ſpysverduuwing niet laten hinderen. Doch ook hier door, gelyk Dr. WEDELIUS (†) wel heeft opgemerkt, wordt de order omgekeerd, en de Ingewanden, door het ſpreken te zeer aangetaſt zynde, worden dus in hunne werking belemmerd, of te ſterk aangedaan, en dit krenkt de Gezondheid teffens. Daar in tegendeel eene matige en zachte Maaltyd, en een glas goeden Wyn, dezelve ſterkt

en

(†) Zie zyne *Diſſertat. de Morbis Concionator.* §. 14.

en onderhoudt, zonder dat men eenige verſtrooi-jing van Gedachten behoeft te vreezen.

De *zesde Regel is: Men moet zyne Spyze naar de beweging en ſterkte des Lichaams afmeten.* HIPPOCRATES houdt dezen Regel voor den allergewigtigſten in de kunſt, om zyne Gezondheid te onderhouden. Wie veel geſtudeerd heeft, moet zich de Maag niet overladen; noch zich ook met eene Maaltyd vergenoegen, dewyl men gemeenlyk te veel eet, als men zich voor eenen gantſchen dag wil voorzien. CELSUS heeft deze billyke Aenmerking gemaakt: " Men moeſt liever tweemaalen, dan eens „ op een dag, eeten, en telkens zoo veel tot zich „ nemen, als men luſt, mits men het maar verduu„ wen konde". Alleenlyk moet men de oude *Romeinen* daar in niet navolgen, dat men den beſten en grootſten Maaltyd tot aan het Avond-uur beware. Een goede Maaltyd is des middags gezonder, om dat de Maag dan meer tyds heeft, om de Spyze te verteeren, en men eene des te ſterker beweging kan maken, welke echter, kort op den middag, niet al te heftig wezen moet. Als men des avonds een kleine Maaltyd doet, zoo wordt de ſlaap niet geſtoord. Maar, om hier nog iets van de noodige bewegingen te zeggen, moet men aanmerken, dat de *Predikanten* ten platten lande, die gemeenlyk goede Tuinen achter hunne Huizen hebben, zich in dezelven met ſpitten, ſnoeijen, pooten, planten, enz. kunnen bezig houden, of nu en dan eens kunnen uitryden, of zich met eene wandeling vermaken langs de Velden, welk het beſt eene uur voor, of eene uur na den middagmaaltyd gedaan wordt (*). En als

(*) Dr. MACKENZIE zegt dat, hoewel onderſcheiden oefeningen met de onderſcheiden geſtelteniſſen overeenkomen, die ſoort van oefening of beweging toch in 't gemeen beſt is, waar aan men meeſt gewoon is, die beſt

als de *Predikanten*, wegens de bekrompenheid van hunnen tyd, zich deze beweging of eenige andere oefening of bezigheid niet kunnen verzorgen, zoo moeten zy zich naar het pryſſelyk voorbeeld van Keizer *Antoninus* regelen, die zyne beweging altoos, om dat hy over dag 'er in belet was, tegen den avond begon. *Julius Cæſar* zelve, hoe zwak en teer van geſtel, wiſt zich ook, volgens *Plutarchus*, door oefening te verharden, en, uit de ongemakken des oorlogs, een Geneesmiddel voor zyne ongeſteldheid te trekken; zich bezig houdende in vermoeijende oefeningen, en zyne ruſte in werkzaamheid verkeerende. — Het ſtudeeren, terſtond na het eeten, is een werkelyk vergift voor het Lichaam. By de *Predikanten* in de Steden is dikwils de gelegenheid tot bewegen zeer zeldzaam, en hierom heeft men hun, gelyk aan de anderen Geleerden, de *Ryd-Machiene* van Dr. *Quelmalz* voorgeſteld. Doch de beweging daar by is niet ſlegts zeer zwak, maar dewyl men zich daar toe gemeenlyk in een kamer moet ophouden, is zy, uit hoofde van 't gemis der vrye Lucht, zeer gebreklyk. Zeer wenſchelyk en nuttig zoude het dan zyn, als men zich van de gemeene vooroordeelen ontdeedt, en, naar den raad en wenſch van Dr. TISSOT, als

beſt met het geſtel overeenkomt, en waar in men 't meeſte vermaak ſchept. De beſte tyd daar toe, is als de Maag het ledigſt is, of na een klein ontbyt, of tegen den avond, als de Spys redelyk wel verteerd is. De maat der zelve dient elk naar zyn geſtel te regelen. Want, als men begint te zweeten, of moede of kort-ademig te worden, moet men een weinig uitſcheiden om zich te herſtellen, en dan zyne bezigheid hervatten, zoo lange men dat met vermaak kan doen. En 't is te veel, zoo hy voortgaat tot dat hy bleek, flaauw of ſtyf wordt; behoorende men dan niet alleen uit te ſcheiden, maar ook den volgenden dag minder te doen.]

als ook naar 't voorschrift van anderen, het ryden te paarde, voor eene beweging en oefening opvattede, welke niet onvoegzaam voor Geestelyke en andere Standpersoonen is. Wy voor ons zien in het te paardryden niets, welk met den ernst en de deftigheid van het Geestelyk Ampt stryden zoude. Intusschen heeft men bezwaarlyk van eene andere beweging te hopen, dat zy de Ingewanden, zoo zagtelyk schudden zal, als het *Ryden* doet (†).

De *zevende Regel* is, dat men de *Geneesmeesters en de Geneesmiddelen vlieden en myden moete, zoo men zyne Gezondheid bemint.* Deze herinnering geldt slechts in zoo verre, dat men, in gezonde dagen, zich voor de Artzeny middelen moete wachten; en deze raadgeving past voor al aan die genen, die, zoo dra hunne kleine Vinger hun slechts smerte aandoet, of eenige hoofdpyn hen belemmert, terstond om den Doctor zenden, en wenschen dat de halve *Apotheek* hun voorgeschreven worde, zoo dat dan uit dit kleine kwaad wel haast een veel grooter konde voortkomen.

Als een *agtste Regel* voegen wy nog hier by den raad, om toch zorge te dragen, *dat men ten minsten eenmaal des daags, des morgens vroeg, open Lyf bekome, of behoude* Men ga dan op het heimelyk gemak, en zette zich niet eerder tot de Letteroefening, dan na zich van den last, der verteerde Mondkost ontslagen te hebben.

TWEE-

[(†) By het te paard ryden oefenen wy ons eigen vermogen, in het bestieren van het Paard, en in 't gesloten en regt houden van ons Lichaam, terwyl het Paard het zelfde op ons doet, als een Rytuig. En over de byzondere nuttigheid van deze beweging en oefening, hebben FULLER en SYDENHAM en anderen zoo fraai geschreven, dat 'er niets zakelyks kan bygevoegd worden; en het is reeds van anderen opgemerkt, dat al het Voordeel, welk uit eene goede *Spysverteering* kan genooten worden, op eene uitmuntende wyze, uit deze oefening ontsta, naar evenredigheid van de sterkte des Ryders.

TWEEDE AFDEELING;

Van den *Levensregel* der PREDIKANTEN, by het afleggen van hunne *Predikaatsien.*

Wanneer een Geestelyke, in de Gemeente des HEEREN, den Leerstoel beklimt, zoo kan en behoort hy zich van eene dubbele, de Gezondheid bevorderende, beweging te bedienen. Men eischt, en 't is billyk, dat een Kerkelyk Redenaar, onder het preeken, niet zoo styf sta als een stok of pylaar, maar dat hy met zyne handen eenige bewegingen make, welke aan zyne rede niet alleen aangenaamheid, sieraad en kracht, maar ook leven en geest byzetten; zoo wel als te gelyk den omloop van zyn eigen bloed en sappen vermeerdert, en dus zyne Gezondheid bevordert. De andere gezonde beweging, is het overluid spreken, lezen en zingen; (*) want daar door trekt hy eene tamelyke menigte koude Lucht in, door welke het bloed, nu wegens zyn geduurigen omloop verhit, wederom verkoeld, en eene reeks van Ziekten verdreven wordt, welken uit een al te zeer verhit bloed ontstaan. Daar na maakt dit het bloed dichter, verhindert de scheuring der Vaten, welke anders door de ophooping van

(*) Dr. NIC. ANDRY heeft in eene *Disputat.* getyteld, *an præcipua valetudinis tutela exercitatio*? te *Parys* in Ao. 1723. gehouden, onder anderen zeer fraai bewezen, dat het overluid lezen, spreken en zingen eene zeer gezonde beweging zy, en merkt daar by aan, dat dit bewegen van mond, tong en longen, mogelyk de oorzaak zy, waarom de *Vrouwen*, welken daar in uitmunten, minder eenige andere Lichaamsbewegingen noodig hebben, dan de Mannen.

van het bloed konde veroorzaakt worden; brengt de inwendige deelen en vooral het blaasagtige celswyze, en vezelig weefzel der Longen in beweging en veroorzaakt dat het bloed de Vaten ſterker doordringt, en de afzondering der ſappen te ligter geſchieden kan, waar door hun eene behoorlyke vastigheid wordt bygezet. Wyders bevordert het overluid lezen de verandering van de *Chyl* in 't *Bloed*, en de voortgang van den zelven tot het bloed, als ook den omloop des bloeds door de Ingewanden van het Onderlyf en door de Lever; al het welke tot te meerder duurzaamheid der Gezondheid verſtrekt.

In deze beſchouwing en dit opzigt is het prediken eene van de nutſte bewegingen en heerlykſte oeffeningen, dewyl het eene ſchudding in het gantſche werktuig van het Lichaam te wege brengt. Doch, gelyk 'er geen Regel zonder uitzondering is, zoo heeft men dezelve ook hier plaats te geven. Wanneer men zich by en onder het *Prediken* te veel vergt, en te ſterk zyn Lichaam doet werken; en, door een heftig (*) *ſchreeuwen*, eene geheele Kerk zoekt

[(*) Het nadeel van zulk een gegil heeft men ook te vreezen uit het ſchreeuwen by het *Pſalmzingen*, waar in ſommige Predikanten hunne Voorzangeren zelfs kunnen overkraaijen, en van de bank ſchateren; tot geen geringe ontſtichting van de Gemeente, en geheele vernietiging van alle goede leiding en harmonie. De eenvoudigheid van den Chriſtelyken Godsdienſt eiſcht eene deftigheid en ordentelykheid, zal zy voor verachting behoed worden. Ik wil wel gelooven dat het opzet van vele onbezonne ſchreeuwers niet is, om werkelyk de aandacht van de vergadering te verbyſteren; en dat dit eer uit dwaze eerzucht ontſta; of dat men verkeerdelyk waane, dat wel zingen in in hard gillen en ſchreeuwen beſta. 't Was derhalven te wenſchen dat men de Kinderen ook gevoeglyk leerde *Pſalmen* zingen, gelyk dit in vele Schoolen alhier te UTRECHT, en

zoekt te vervullen, en te doen weêrgalmen, dan moeten verscheide deelen, ten bederve en nadeele des Lichaams daar by lyden. De gewoonste toevallen zyn *Breuken*, die zich voornaamlyk het eerst voordoen by Predikanten van eene zwakke Lyfsgesteltenisse. Het *schreeuwen* brengt by de Kinderen veel alzulke lastige toevallen voort; en wy zien geen reden om te twyfelen, dat dit niet even gelyke gevolgen kan hebben by de *Predikanten*, daar de droevige ervarenis by verscheiden derzelven, ons hier van behoort te overtuigen. Want, vermits, die deelen te zeer naar onderen geperst worden, door het geduurig ophalen en rekken der Longen, zoo wordt het *Peritonæum* of *Buikvlies* al te zeer uitgerekt, en moet wel scheuren; en dewyl dit de Ingewanden by een houdt, zoo moeten, by deszelfs kwetzing, de Darmen wel hier of daar uitvallen, en eene breuk verwekken, welke met meer andere toevallen kan gepaard gaan. Hoe ligtelyk kan het ook gebeuren, dat de *Predikanten* beginnen bloed te spuwen, welk niet te verwonderen is, om dat de te rug gehouden Lucht in de Long, door het schreeuwen verhit, nu uitdydt, de bloedvaten verhit, en ze eindelyk ook scheurt, welk altyd ten hoogste gevaarlyk is. 't Is waar, men zoekt het gevaar, om Breuken te krygen, voor te komen of te ontgaan, door het dragen van een breeden Gordel om het Lyf

en in de Godshuizen geschiedt, doch daar toe moesten dan ook Meesters gekozen worden, die genezen waren van die dwaling, tot welke hun voorbeeld hunne Leerlingen vervoert; dewyl nu nog verscheidene derzelven, in het geven van hunne Lessen, zulke pogingen met de keel doen, dat zy bond en blaauw worden, en dat de aderen hen zo dik als een pink opzwellen. H. S.]

Lyf, ten einde dus de Ingewanden als by een te houden en te onderſteunen. Wy houden ook het dragen van zulk een Riem of Gordel voor zeer nuttig, maar dit wordt ſchadelyk, als dezelve al te vaſt by een geknepen wordt. Door dit laatſte worden de deelen van het onderlyf, en de zyden des Lichaams te ſterk ſamen gedrukt, en teffens de omloop des Bloeds, daar door verhinderd, als ook aan vele andere ongemakken eenen nieuwen weg gewezen, hoe zy hunne woede op het Menſchelyk Lichaam kunnen te werke ſtellen. Een Gordel dient ook veel daar toe, dat hy de ingewanden by een houde, voornaamlyk zoo, dat ze onder het ſtaan en prediken, niet al te zeer naar beneden zakken kunnen, en dit is altyd een groot voordeel; ook wordt aan denzelven de kracht toegeſchreven, van het Geluid te helpen vermeerderen; welke werkingen, door het onderzoek der Artſen mede beveſtigd zyn geworden. Doch vele Predikanten zyn, van Natuure zoo vaſt, fris, kloek en ſterk, dat zy, zonder behulp van zulk een Riem, zich wakkerlyk van hunne ſtem en keel weten te bedienen, en dezen willen wy geenzins het gebruik van den Gordel aanraden. Maar wy moeten hen nog herinneren dat zy 't zelfde gevaar van breuken, bloedſpuwingen enz. kunnen loopen, al zyn ze nog zoo vaſt, gezond en ſterk, wanneer ze, langer dan één uur, in groote drift en gemoeds-aandoening ſpreken; en, als 't ware, niet weten van uit te ſcheiden met prediken. Billyk behoorden deze Heeren te bedenken, dat zy door een, te lang prediken, het vuur des aandachts by hunne Toehoorderen verdooven en uitbluſſchen, en in zich zelven ondertuſſchen het bloed al te zeer verhitten. [Laat ik hier byvoegen, dat zy behoorden te letten op

de

de ſlegte gevolgen van dit veel al te lang en nutteloos uitbreiden hunner te gezogte Text-verklaringen, of te verregaande Toepaſſingen; waar door ze genoodzaakt zyn of de gewoonte maken, om het *Doopformulier* en het *Vader onze* zoo te rabbelen, dat het niet kan verſtaan worden; terwyl de Koetſiers en Lyfknechten der Grooten in koude en hitte, in regen en wind, voor de Kerk, nog meer in hunne Gezondheid lydende, dan de Leeraar zelf, zyn lang preeken door het wagten verwenſchen, en daar en boven verſcheide wanorders in vele Huisgezinnen ontſtaan, waar door al of 't meeſte nut ten minſten der Preeke, eensklaps verlooren wordt. In vele Steden en Dorpen dezes Lands heeft dit kwaad echter nog de overhand; hoewel men in *Amſterdam*, *Utrecht* en elders, eenigen tyd geleden, om zulke ongemakken zoo voor de *Predikanten*, zelven als voor de Gemeinte, voor te komen, den Leeraren zekere *pœnaliteit* opgelegd, en het ſcheiden der Gemeente op zekere voegzamen tyd bepaald heeft. Langprekende Leeraars toonen geene kennis altoos te hebben van de Menſchelyke Natuur, want anders moeten zy weten, hoe zwak onze vermogens zyn, hoe zeer onze zinnen afhangen van voorwerpen, buiten ons, en hoe verſchillend de bevatbaarheid is in den eenen, of in den anderen, behalven dat men over 't geheel daar in ſamenſtemt, dat ééne Waarheid, met weinige woorden, duidelyk betoogd en behoorlyk aangedrongen, beter op het Verſtand werkt, en meer vruchts geeft, dan verſcheiden en verſchillende op eenen tyd, al geſchiedt dit in goede orde, te verhandelen. Tot dit laatſte worden ſterke Herſenen vereiſcht, en hoe weinigen zyn 'er van dien aart! ook wordt het geheugen dan op de

pynbank gelegd; en men vergt den Toehoorder eene aandacht af, welke hy niet *behoeft* of niet vermag toe te brengen. Niet *behoeft* , om dat men over zyn wil geen zeggen heeft, en hy niet volſtrekt verpligt is naar den *Predikant* te luiſteren: niet *vermag* of *kan*, uit hoofde van de bekrompenheid van zyn verſtand, of om zyne onkunde, waar door hy de bewyzen niet vat, en derhalven niet aandachtig kan zyn.]

't Gene van het *ſtaan* in de eerſte Afdeeling gezegd is, kan hier nu gevoeglyk herhaald worden. Het is al eene oude en voor lange aangenomen gewoonte, dat de Predikaatſien al *ſtaande* verricht worden, waar door zekerlyk de Spieren zeer gerekt, en het Lichaam ook verzwakt moet worden, gelyk daar van de vermoeidheid en afgematheid, welke de Geeſtelyken gewaar worden, als zy den Predikſtoel verlaten, tot duidelyke bewyzen dienen. — De tyd om te Prediken ſtaat ook niet in de keuze noch aan 't beleid of beſtier van de Predikant; maar hy moet zich in dezen voegen naar de palen en perken, in alle redelykheid, hem door zyne Gemeente voorgeſchreven; en dies prediken op zulke uuren, als hem geſteld zyn. Voeg hier by de veranderlykheid van de Lucht en het Weder, by de verſcheiden wiſſeling der Jaarſaeiſoenen, welke niet ſelden de gezondheid der Leeraren benadeelt, als die in den Herfſt en Winter, wegens de ruuwheid en ſtrengheid van het Weder, aan vele onpaſſelykheden zyn blootgeſteld. De koude van de Lucht, welke vooral valt op het ontblootte Voorhoofd, en op de Borſt, wegens het inademen van dezelve, maakt geweldige bewegingen in 't Ligchaam, en verwekt groote veranderingen aldaar, door het ſamentrekken van verſcheide Vaten, het ſluiten der Zweetgaten, en het ſtremmen of verdikken der Vochten. In een ander geval

wordt

wordt door de koude, de natuurlyke warmte naar de inwendige deelen gedreven, en aldaar als tot een middelpunt by een vergaderd; dies werkt zy des te heftiger naar binnen, en verhindert de uitdamping; waar door dan ook opblazingen ontſtaan, die, dewylze geen bekwamen weg ter uitlaſting vinden kunnen, hardnekkig worden, nergens naar luiſteren, en ten leſte een hevig *Kolyk* veroorzaken. Tegen dit kwaad kunnen de *Predikanten* zich daar door wapenen, dat zy zorge laten dragen dat hunne Kerken kameren niet al te warm geſtookt worden, op dat de ſchielyke verandering der Lucht, als zy dezen verlaten, hun niet nadelig zyn mogen. Ook moeten zy zorge dragen, om hunne kleeding naar het ſaeiſoen te ſchikken, ſchoon de winterdragt niet juiſt altoos met Pels gevoerd behoeft te zyn. De heeſchheid, ſnotterigheid, de hoeſt, een kwade keel en pyn in den nek, zyn als dan ziekten of ongemakken, welke nevens anderen den Predikanten 't meeſt plagen; en deze worden, in 't gemeen, onder den Hoofdnaam van *Catharraliſche* ziekten begrepen. Dezelve ontſtaan op de volgende wyze. Daar wordt eene meenigte ſlyms verſameld in de klieren der deelen, welke tot de afſcheiding geſchikt zyn; deze onmatige ophooping wordt door den toevloed der ſappen naar die deelen nog onderhouden of vermeerderd. Daar op doet zich nu eens een groote ontlaſting voor van de verſamelde ſlymen, dan eens ontſtaat 'er een ſtilſtand of verſtopping; en, als dit laatſte gebeurt, dan ontſtaan 'er wegens de uitdijing der geſpanne Vezelen, waar in de ſlymklieren liggen, ſmertelyke bewegingen. Als 'er eene ophooping van zulke ſlym plaats heeft in het vlies, welk de holten der herſſenen en neuſe overdekt, dan ontſtaat 'er eene ſnotterigheid. Geſchiedt deze op-

hooping in het vlies, welk de Luchtpyp, en voornaamlyk derzelver bovenste gedeelte, de *Larynx*, overdekt, dan wordt 'er eene heeschheid uit geboren. Geschiedt dit in de Longe, dan komt 'er eene hoest uit; en als deze Vochten vallen op of in de vliezen, die den hals, het lelletje, en den ingang van den slokdarm bekleeden, dan ontstaan 'er kwaade keelen, en zwellingen in die deelen door. Elk weet, dat deze ongemakken by zwakkelyke Predikanten, en allen dezulken, die hunne stemmen veel gebruiken moeten, niet ongewoon zyn. Ik zal my niet ophouden met vele vragen voor te stellen, welken gevoeglyk hier konden gedaan worden; maar liever 't een en ander middel opgeven, waar door deze kwalen of weggenomen, of verzacht kunnen worden. Verzachtende, en weekmakende middelen zyn hier de dienstigste en bekwaamste; in den hoest en heeschheid maakt de Havergort de deelen zacht en week; en in den pynlyken hoest, dienen Kreeftsoogen, die de borst openen, en de taaije slymen vloeibaar maaken, voor al, als ze met Water ingenomen worden. Zeere Keelen en smertelyke Zinkingen in den hals worden door gorgelen, waar toe, des noods, zelfs warm Thee-Water kan dienen, gelukkiglyk genezen. *Anys*, *Venkel*, *Dille* ende gemeene *Kummel* of *Karwei*, als ook *Roosmaryn* in Water als *Thee* getrokken, of in fyn poeder met wat Thee, of Mede gebruikt, zyn in de heeschheid van goeden dienst. Uit deze Kruiden en Zaden kan ook een goed Gorgelwater tegen de Zwellingen en Zinkingen in de Keel bereid worden Voor 't overige zal men ook het minst van deze ongemakken te lyden hebben, als men maar niet al te zacht en teder omtrent zich zelven is, niet te veel gesteld is op warme ver-

trek-

trekken, en van der jeugd af aan den Wind en het Weder gewend is. Hier nevens zal elk zich ook wel herinneren, dat als 'er reeds eenig ongemak in de Long is, of als men zich voor en na het Prediken niet behoorlyk naar een wel ingerichten Levens-regel heeft geschikt, door het sterk spreken en bewegen onder het Preeken, somwylen eene Teering, of verzweering in de Longe ontstaan kan, die in 't vervolg den dood veroorzaakt. Hoe men zich derhalven na 't afleggen der Preeke te gedragen heeft, zullen wy in 't vervolg aanwyzen. In den Zomer ondervinden de *Predikanten*, door de hitte der Lucht, ook veel ongemaks. De Vezelen des Lichaams verslappen, en de Vochten verdunnen te sterk; de Galle wordt vermeerderd, en scherper, en het gantsche Lichaam wordt verslapt en verzwakt; en hier uit komt dan die verbaasde mattigheid voort; over welke de Leeraars na 't afleggen hunner Preek dikwils zoo zeer klagen. Dit is zekerlyk een ongemak, welk zy niet kunnen ontgaan. Men moet derhalven trachten, om, aan het verzwakte Lichaam, welk door 't heftig zweeten veel verlooren heeft, na het Prediken, eenige nieuwe krachten toe te voegen: hier van zullen wy nog 't een en ander zeggen.

Thans is 'er nog 't een en ander noodig Voorschrift te geven ten aanzien van het gedrag, by of onder het houden of doen der preeke zelve. Zeer staat het ons tegen de borst, dat men doorgaans de gewoonte heeft, om, geduurende de Predikaatsie, de Kerken-Vensteren digt en gesloten te houden, daar de Lucht in de Kerke toch, voor al, indien de Vergadering talryk en de Kerke niet zeer ruim is, met vele kwade dampen, inzonderheid in den Zomer, opgevuld wordt, welken men, door 't openen van een

Venſter, beſt ontlaſten konde. Het is ook zeer natuurlyk dat een *Predikant*, als hy op den Preekſtoel ſtaat, door de vele uitdampingen van een groote meenigte Menſchen beangſtigd en benaauwd moet worden en veel ongemaks van die onzuivere Lucht te verdragen heeft. Want al dra verzwakt deze, met vreemde deelen vervulde Lucht de vaſte deelen, de omloop des bloeds wordt ongeregeld, en de heilzame uitdampingen van de fyne onzuiverheden door de zweetgaten der huid wordt verhinderd; ja, niet zelden koomt daar eene verduiſtering of beneveling van het verſtand uit voort. Hierom behoorden de Predikanten het uitdruklyk te bevelen, dat men, door het openen van eenige Venſteren, des Zomers, ſomwylen zelfs ook des Winters, aan de ingekerkerde benaauwde Lucht, een vryen uitgang gunne.

Somwylen worden de *Predikanten*, terwyl ze op den Kanzel ſtaan, van eene zwymeling of hoofddraaijing overvallen, waar by hun dan de uiterlyke voorwerpen zoo voorkomen, als of deze zich in een geduurigen Kringloop bewoogen; terwyl hun zelven dan zulk een angſt aangaat, als of zy met den Predikſtoel zoo terſtond van boven neder zouden ſtorten. De oorzaak hier van is, zonder vele moeite, te ontdekken. Eene zwakheid der Zenuwen, eene magteloosheid, verwekt door al te ſterk denken, en een bedorven verbeeldens-vermogen, leggen daar toe, volgens de gepaſte Aanmerking van Dr WEDELIUS, hoofdzaaklyk den grond. En, naar het oordeel van HIPPOCRATES, (in §. 46. van zyne boven aangehaalde *Diſſertatie*,) wordt dit kwaad, door een langduurig vaſten, door de koude Lucht in den Winter, en door het ſtaan op eene verheven plaatſe, waar door de Levensgeeſten verward en verbyſterd geraken, nog te meer onderhouden

den en gekoesterd. Dit ongemak verwekt den Leeraren eene verbazende onrust en kwelling, in dier voegen dat ze met de grootste vreeze en benaauwdheid den Leerzetel beklimmen, en dies meenigmalen buiten staat gesteld worden, om hun Ampt behoorlyk te verrichten. De opblazingen en winden, welken in 't gedarmte ontstaan, en 'er somwylen kramptrekkende bewegingen voortbrengen, zyn hier mede onder de oorzaken van dit moeilyk kwaad te tellen, waar toe ook het afgaan van den voorgeschreven Levensregel ten aanzien der Lichaamsbeweging het zyne toebrengt. Dewyl nu, door zulke Darmkrimpingen en trekkingen in den onderbuik, de sappen naar het hoofd gedreven worden, zoo moeten daar door weder andere toevallen aldaar verwekt worden. Door derzelver ophooping in de verscheide deelen der hersienen ontstaat dan het gesuisch en geklank in de ooren, het vonkelen der oogen, en eindelyk het draaijen van 't hoofd, waar mede, als een onvermydelyk toeval teffens, het beven en zidderen der voeten vergezeld gaat. In zulke omstandigheden zyn zagte afvoerende, en ontlastende middelen, die met *Rhabarber* gemengd zyn, van veel dienst; ook kan men dan met vrucht de *Antipasmodica*, of *Middelen tegen de kramp*, de *Visceralia*, die de Ingewanden streelen, en als 'er zuur by is, tegen den avond ook *Absorbentia*, of *opslurpende en zuurbrekende* dingen, gebruiken. Eene lustige Lichaamsbeweging is in dezen ook van veel dienst. Als men zich van deze Voorschriften bedient, zal men zien, dat alle toevallen wel haast gelukkiglyk ophouden, en het Lichaam zyne voorgaande sterkte zal bekomen; zoo dat men zich in zyne meening deerlyk bedriegen zoude, als men dit ongemak voor een *Hypochondrische Hoofd-zwymeling* wilde aanmerken, en als zoodanig behandelen.

Wegens de *Uitſpraak*, en hoe dezelve bedorven wordt, moeten de *Predikers* ook letten, hoe zy deze bewaren, en derzelver verzwakking voorkomen mogten. Daar toe rekenen wy alle die dingen, welke de ſtemme raauw en ſchor maken; waar toe inzonderheid te betrekken is, het menigvuldig gebruik van den * *Snuiftabak:* dees bederft eerſt den reuk,

[(*) De gewoonte van *Snuiftabak* te nemen, kan men aanmerken als eene Volks-peſt, welke onze Neuzen heeft aangetaſt. Een Schryver denkt dat hy 'er de Vindingskracht door opwekt; een Leeraar meent misſchien, dat ze hem in 't denken en herinneren helpt, of hem tyd geeft, om zich wat te bedenken. Anderen doen het om de Mode te volgen, en velen, om voor wellevend aangezien te worden; daar 'er echter niets is, welk afſchuwlyker mag heeten, en ons meer naar *Hottentotten* doet gelykenen, dan naar welopgebragte Luiden. Want, wat is 'er viezer, dan zyne Neusgaten met ruikenden drek te vullen, zyne zakdoeken 'er tot ſchamens toe mede te bevuilen; en voor al in een Kerk en goed gezelſchap zyne Medeburgers door het uitfniezen van ſnot en het leelyk ſpeekzel, en 't gebrom zyner Neuze telkens te verveelen. Immers weergalmen de Kerken geduurig van zulk een Neusmuſyk, en in elken hoek hoort men de Lieden geſamentlyk ſnuiven, fniezen, kraſſen, knorren, en hoeſten, of kugchen en grommen, als een hoop Varkens, zoo dat men ſomwyl zoude meenen dat 'er eene algemeene Verkoudheid in de Vergadering heerſchte, of dat men hier door een *Compliment* aan den Dominé maken wilde. Dus heb ik eens eene gantſche Gemeente zien ſtooren onder 't Gebed, door 't hoſten van een oude Juffrouw, die, in het uitboeſemen van hare verzuchtingen, door een Snuifje byna geſtikt was. Ik heb een voornaam Leeraar gekend, die zyne ſtemme, door die ongerymde behandeling van zyzyn Neus, zoo bedorven hadt, dat derzelver geluid even dof en droomig was, als het gebrom van een zakpyp; en hoe vele Leeraars zyn 'er wel, die verpligt zyn, om mid-

reuk, door 't opdroogen der zenuwige vliezen; daar na trekt hy de vochten, vooral by Persoonen, die over verstoppingen klagen, naar het hoofd toe, waar door de vaten van de hersenen, en de vliezen der neuse, geduurig aangevuld zyn. Hier door lydt de stem dan een verbaasd verlies; want de buizen der neuze, door 't geduurig kittelen, altoos met eene menigte vochten aangevuld, worden derwyze vernaauwd, dat de Lucht by de uitspraakt, welke een wezenlyk vereischtte is, om eene heldere stemme te behouden, niet kan doorgaan, en dies verliest de stemme al haren klank. Gelukkig zyn dan zoodanige *Predikanten*, die zich van deze *Galanterie* onthouden, of ze ten minsten, als zy 'er toe gewoon of op gesteld zyn, die zoo matiglyk gebruiken, dat zy 'er hunne uitspraak en stemme niet door benadeelen.

Nu ga ik over, om, volgens myne belofte nog 't een en ander wegens de handelwyze en den levensregel te zeggen, welken men, na het houden der *Preeke* behoort in acht te nemen. Eerst valt hier de vraag, hoe men te handelen heeft; als men zich verhit en wakker gezweet heeft, en 't Lichaam t'eenemaal nat geworden is? Dit toch is, in 't gemeen zeer gevaarlyk, dewyl men dan zich ligtelyk verkouden kan. Maar men kan dit laatste gemaklyk voorkomen, wanneer men 't Lichaam zorgvuldig met een droogen doek wel wryft; want ik ben het ten vollen eens met den Heer FRANCOIS FULLER, in zyne *Medicina Gymnastica*, dat men zulk eene heilzame beweging, als het wryven is, en waar aan de

midden in hunne Rede op te houden, om achter hunne witte Neusdoeken te sniezen, of den Neus te snuiten? P.]

de Ouden zich zoo veel lieten gelegen liggen, in onze dagen, niet geheel en al behoorde ter zyde te zetten. De verandering van ſchoon en alvoorens welgewarmd Lynwaat, is een tweede Artykel, welk de *Predikanten* behooren waar te nemen: waar by men tevens zich wachten moet voor eene koele en aangenaame Lucht, en een zacht verfriſſend windje, welk het Lichaam meer nadeels kan toebrengen, dan eene doorgaande koude. Want de eerſte verſtopt en verſlapt, en zet den Leden zekere zwaarte by, daar de laatſte ook wel in den aanvang eene verſtopping veroorzaakt, doch daar na wederom meer ſchynt te verſterken. Men handelt het voorzichtigſt, als men zich allengskens in een gematigde Lucht laat verkoelen. Maar zeer dwaaslyk is 't gedaan, als men, na een ſterke verhitting, terſtond koude dranken gebruikt, die veele tegennatuurlyke bewegingen in 't Lichaam veroorzaken. In dit geval ſtillen warme Dranken veel eer den dorſt; maar ook in dezen is voorzichtigheid noodig. Terſtond na de Preek, te drinken, is hierom af te raden, dewyl de deelen, die in eene heftige beweging geweeſt zyn, nog niet in hunne oude ligging herſteld zyn, zoo dat door het drinken, in dezelven wel eens eene vreemde ſtoffe kan gebragt worden, die, als zy niet weder geloosd wordt, tot ſmertelyke inwendige kwalen aanleiding geven kan. Na een weinig wachten en bedaren, is dan een gematigde dronk gezond te achten, en daar toe kan men Koffy, Thee, warm Bier, of Chocolaad in Water gekookt, gebruiken, en dan zal men zich ook wel bevinden. Ondertuſſchen raden wy den *Predikanten* ernſtiglyk en broederlyk af, zich, indien zy hunne Gezondheid beminnen, in zulk eene tydsomſtandigheid, voor al te wachten van heete en ſterke Wynen, Chocolade in Wyn gekookt, en

van

van Brandewyn, of andere ſterke Dranken, die het nu bewogen en giſtend Bloed, nog meer verhitten zouden, en boosaartige en heete koortſen kunnen voortbrengen, nevens ſcherp zuur in de Maag, gelyk ze ook niet zelden een vroegtydigen Dood veröorzaken; want ik heb wakkere Mannen gekend, die zich, door het gebruik van deze dingen, tot ontydige offers voor het Graf gemaakt, en hun Leven oogſchynlyk verkort hebben.

Ten tweeden komt hier ook eene Vraag in aanmerking, welk wel beantwoordens-waardig ſchynt; namelyk, of een Pypje Tabak na de *Predikaatſie* niet gezond is. De oploſſing van deze Vraage, heeft meer zwarigheids, als men zich in den eerſten opſlag wel verbeelden zoude. Dies zullen wy het hier zoo dienen te maken, gelyk de Wysgeeren, die veel van *uitzonderingen* en *onderſcheidingen* (*diſtinctien*) houden, en zich door middel derzelven uit vele verwarde zwarigheden gelukkiglyk weten te redden. Met onderſcheid willen wy hier dan op de gegeve Vraag antwoorden. Zy, die dit edele Kruid gaarne uit de Waereld wilden verbannen zien, brengen hier zeer vele beſchuldigingen tegen het zelve in; en volgens hunne meening zyn de *Predikanten* zelve, uit hoofde van hun ampt, verpligt, om tegen het gebruik van het zelve te yveren, en de gebruikers daar van voor zondig en ſtrafbaar te verklaren, volgens het zesde Gebod, om dat zy daar door hunnen eigen Levensdraad verkorten en ontydig afſnyden. Van natuure heeft dit Kruid een ſcherp zout by zich, welk de deelen, die het aanraakt, prikkelt, en daar door een ſterken toevloed van vochten naar dezelven hen lokt, zoo dat de overigen zich hier door zeer moeten ſamentrekken. Hier om is 't vermoedelyk, dat het roo-

rooken na de gedane Preek niet ten eersten te raden is, om dat men reeds door 't veel spreken zich van eene meenigte vochtigheden ontlast heeft, weshalven de Tabaksrook daar eene uitdrooging zou veroorzaken. Wyders zyn 'er in den mond, waar mede men den Tabaksrook optrekt, vele Klieren, die het speekzel en de slymigheid, welken den hals en den mond bevochtigen moet, afscheiden. Zoo dra deze geprikkeld worden, moeten de vochten zich daar in grooter veelheid afscheiden, welke dan of doorgeslokt worden of uitgespogen; en daar na eene droogte in de Keel verwekken. Deze droogte nu behoeven de *Predikanten* niet door het rooken te zoeken, vermits ze die al door het spreken verkregen hebben; en dezelve eer verminderd, dan door 't rooken vermeerderd behoorde te worden. Wyders is 't waarschynlyk, dat niet alle rook van den *Tabak* weggeblazen, maar eenige ook ingeslokt worde; en wat werkt deze dan uit? Zy prikkelt de Maag en het Gedarmte, en brengt 'er eene samentrekking in te wege, die naar de gesteldheid van 't Lichaam, ook onderscheiden werkingen in 't zelve veroorzaakt. Uit hoofde nu van deze samentrekking heeft de *Tabak* het grootste recht om den *Prediker* ten zynen beste aangeprezen, en van hem gebruikt te worden, wanneer zyne Ingewanden, door het spreken nu sterk uitgedyd, eene samentrekking behoeven. —— Konde ik nu woorden genoeg vinden om de voortreflyke deugden, van dit heerlyke Kruid tot aan de sterren toe te verheffen! En hoe het een Geneesmiddel is voor vele lastige ongemakken, ja, hoe 'er de dulste pynen, de hardnekkigste verstoppingen, en de onlydelykste krimpingen, tot verwonderens toe, door gestild, losgemaakt en genezen zyn. — Maar, men

moet

moet ook opmerken, dat het by eenige Perſoonen het bloed verhitte, en dus deszelfs omloop dies te rasſer maken. Om deze reden moeten wy dit Kruid, hoe edel en geprezen ook, weder van zyne hoogte afrukken, en het tot in de afgrond toe verwerpen; ten einde geen *Leeraar*, die buiten dat zyn bloed, door zyn ernſtig ſpreken, al ten overvloede verhit heeft, dien gebruike. — Nogthans behoeft men die wondergeliefde Plant in den Afgrond niet te laten rotten, nu en dan mag men 'er eene van ophalen, en tot derzelver roem zeggen, dat ze van ſommige Predikanten, voor al die vet, diklyvig en met vele ſlymen begaafd zyn, met nut kan en mag gebruikt worden; want by dezen voert hy de overvloedige ſlym, die door het prediken geweekt en losgemaakt, doch niet geloosd is, op eene zachte wyze, uit, en dient tot eenen ſterken voormuur en behoedmiddel tegen vele Ziekten. In tegendeel kan hy in magere, drooge en heete Geſtellen niet veel goeds uitwerken: maar ook by de zulken kan de gewoonte veel afdoen, en als zy dan, tot wederaanvulling der ſappen, 'er nu en dan eens onder drinken, kan men hun ook al een pypje toeſtaan: voornaamlyk zoo de Gewoonte hunnen mond reeds tegen de prikkeling van dit Kruid gehard en als ongevoelig gemaakt heeft.

Eene andere Gewoonte van ſommige *Predikanten*, om na het afleggen hunner Leerredenen, een *half of een heel uur te ſlapen*, ſchynt gantſch onberiſpelyk, om dat de ſlaap het eerſt en meeſt de verlooren krachten weder ſchynt te kunnen herſtellen. In dit opzicht wordt dezelve door FOLLINUS (*) aan alle werkzaame Luiden, op deze

„ wyze

(*) Zie zyne *Synopſ. tuendæ et conſervandæ Valetud.* C. VII. p. 78.

wyze, aangeprezen: „ Alle de krachten, die aan ze-
„ kere bepaling onderworpen zyn, worden afge-
„ mat, als zy te lange en te veel moeten wer-
„ ken, ja zy gaan te niete en worden belemmerd
„ als men dezelven niet somwylen eenige verpoo-
„ zing van arbeid en ruste vergunt. De mensche-
„ lyke zinnnen zyn als diergelyke krachten aan
„ te zien; gevolgelyk kunnen ze in geene gedurige
„ werkzaamhed blyven; maar moeten nu en dan eens
„ eenige ruste genieten; en, dewyl de rust der zinnen
„ de Slaap hiet, zoo ziet men, waarom dezelve
„ noodwendig is ". Dewyl nu het Hoofdwerk het Lichaam sterker verzwakt, dan alle andere bezigheid der Leden, en het Lichaam by de *Predikanten*, door het overluid spreken, zoo wel als door de Studie, veel last lyden moet, en zeer kan verzwakt worden, zoo zal, door een uur slapens, hun een beter en krachtiger verkwikking gebeuren, dan door eene ruste van vele uuren, al wakende genooten, en welke niet toereikt, om de vermoeidheid te verdryven. Doch men kan en mag dit slapen, terstond na het doen der Preeke, geenszins aan alle Predikanten toestaan; want het koomt 'er hier weder op aan hoe men zich, na den gedanen slaap bevind. Is het Lichaam daar door wakker en vlug en frisch geworden, dan kan men het gerustelyk doen, of ook, als men 'er zich, van lange tyden af, reeds aan gewend heeft; of als men dit, wegens de onrust van den laast voorgaanen nacht, daar toe, als half genoodzaakt ziet. Sterke Persoonen echter, die na eene gedane Preek, geen buitengewoone vermoeijing ondervinden, moeten zich daar van onthouden. By eenigen geeft hy ook maar eene zeer geringe verkwikking, te weten als de verbeeldingskracht al te levendig is, en door 'tvoortbrengen van verscheiden

beel-

beelden, den ſlaap telkens afbreekt: aan de zoodanigen raden wy, welmeenend, niet te ſlapen, naardien zy daar door meer vermoeid als verſterkt en verfriſt zouden worden.

Terſtond na het prediken weder te gaan letterblokken, is een groot vergift of bederf voor de Gezondheid; en daar door moet noodwendig, wyl men de Zielsvermogens al te veel vergt, het natuurlyke vuur uitgebluſcht, de kracht verteerd, en een vroege ouderdom veroorzaakt worden. Even gelyk het ſtudeeren voor de Preek de kracht, te zeer vermindert, zoo is 't ook gelegen met het ſtudeeren, na het doen der Leerrede. Als men het eenigszins kan ſchikken, doet men beter, dat men door een vriendelyken omgang met verſtandige Vrienden of Bekenden, den tyd tot aan het Middagmaal wel beſtede of, by gebrek van dezen, door 't lezen van een goed, ligt verſtaanbaar en gepaſt Boek, de helderheid van zynen Geeſt tracht te bewaren.

Even ondienſtig is het, dat men zich, ten eerſten na het preeken, tot den Middagmaaltyd begeve; terwyl de Levensgeeſten nog geheel verſtrooid zyn, en men nog niet wel tot zich zelven gekomen is. Den tyd, hoe lange men zich, voor den eeten, aan de ruſte of aan eene gematigde beweging overgeven mag en kan, wil ik niet te naauw bepaalen; maar late zulks liever aan elks willekeur over. Tot den Maaltyd zelven moet men zich met een opgehelderd, onbekommerd en blymoedig harte nederzetten; zoo men anders wil, dat de ſpyzen ons wel bekomen. Want zoo men korts te vooren door heftige of onaangename Gemoeds-bewegingen is aangedaan geweeſt, zoo is het raadzaam, het eeten zoo lange uit te ſtellen, tot dat het gemoed bedaard, en, na het ſtillen of afleggen der ontroerende

de aandoeningen weder tot de voormaals genooten ruste gebragt is. Ten aanzien van de Voorschriften der Spyzen kunnen wy ons van eene geliefde kortheid bedienen, door ons op de *eerste Afdeeling* te beroepen. De Spyzen moeten ligt verteerbaar, en tot vermeerdering der Uitdamping geschikt zyn, welk den Geest des te meer ophelderen, vlugger maken, en vervrolyken kan. Vloeibare Voedzelen en goede Lepelkost, verschaffen aan de zulken, die zich vermoeid hebben, eene schielyke verkwikking, om dat ze zich veel eer met het bloed vermengen, dan de vaste spyzen. Door moeilyk te verteren Spyzen wordt de uitdamping verminderd, en het Lichaam geschikt gemaakt tot zwartgalligheid en de Geest tot een treurig nadenken; en deze zyn ook, voor al ten tyde, als men reeds veel gewerkt heeft, geene goede Voedzelen te noemen. Men behoede zich ook voor de overdaad en onmatigheid, en dat men zyne Maag niet overlade; want het overvloedige kan niet verduuwd worden, en dies kan men 'er ook geen voedzel van trekken. Men myde tevens van al te vele gerechten te gebruiken. Ook is het zeer goed, dat men nog met eenigen eetlust van de Tafel opryze.

DER-

DERDE AFDEELING.

Over de *noodige zorge* der PREDIKANTEN voor hunne *Gezondheid*, in den *Biechtstoel* by de *Lutherschen* [in *Duitschland*] en by het houden van openbare en byzondere *Catechizatien* en *Oefeningen* onder de *Protestanten* in 't gemeen.

EEn bejaard Leeraar onder de *Lutheranen* in eene Volkryke Stad [in *Duitschland*] die van een goeden Imborst was, en velen zyner Amptsbroederen hadt overleefd, beklaagde zich eens jegens my, dat het *Biechtzitten* (*), onder alle zyne Amptsverrichtingen, hem het moeilykste viel, zich daar by bedienende van dit nadenkens-waardige gezeg: dat hy het hieldt, gelyk het hem in een eigenlyken zin zoo voorkwam, voor den *Doodgraver* der *Predikanten*. Deze uitspraak schynt, in den eersten opslag, wel zeer hard te zyn; doch, als men alle de omstandigheden, welken zich by het

[(*) Niemand stoote zich aan dit Woord en 't gebruik daar van, welk op vele plaatsen in *Duitschland*, en *Denemarken* en *Zweeden* nog onder de *Lutherschen*, plaats heeft; schoon hier te Lande en elders by hen in onbruik geraakt. Onze *Autheur* voor 't algemeen der *Leeraren* onder de *Christenen* schryvende, zoo stondt het ons niet vry, dit *Artykel* weg te laten. Daar zyn nog Aanmerkingen onder, die ook op de *Catechisatien* in 't gemeen mogen gepast worden: en dus kunnen dezelven ook nog eenig nut hier te lande hebben.]

het hooren der *Biechte* voordoen, rypelyk overweegt, zal men dezelve nog wel gegrond bevinden. Ongetwyffeld zoude het ten beste der *Predikanten* en der Kerke in 't algemeen dienen, wanneer men de byzondere *Biechte* en afzonderlyke *Absolutie*, welke buiten dien nog overblyfzelen van den bedorven zuurdeessem der *Roomsche Kerke* zyn, geliefden af te schaffen, of dezelven te verwisselen met en in eene algemeene *Biechte* en *Vryspraak*, waar by de Biechtelingen, door eene stichtelyke en nadruklyke Rede tot boete opgewekt, en op die voorwaarde, en die van eene oprechte bekeering en geloof in de verdiensten van CHRISTUS, en om zynen wille alleen, uit genade, van hunne Zonden vry verklaard werden. Aan velen der *Predikanten*, in der daad, die talryke Gemeenten te bedienen, en eene zeer teedere liefde voor dezelven over hebben, mogt men, met recht, op de Biechtdagen daar zy van 's morgens tot 's avonds door geheele benden van Biechtelingen omzet zyn, wel toeroepen, 't gene *Jethro* tot *Moses* zeide: *Zekerlyk, het is niet goed, welk gy doet; gy maakt u te moede, als ook het volk dat met u is; uw Werk valt u te zwaar, en gy kunt dit alleen niet verrichten.* Mogten ook de goedhartige wenschen van vele Vroomen hunne vervulling erlangen; zoo zouden de *Predikanten* hier te lande [in *Saxen*] en elders wel haast van een ondraaglyken last ontheven, en vele Toehoorders, die, by het biechten, wegens hunne natuurlyke vreesachtigheid, een onbeschryflyken angst ondervinden, in hunne aandacht, by deze plegtige verrichting, niet gestoord worden. Dan het betaamt ons niet, hier meer van te zeggen, en wy hebben niet voor ons tegen deze gewoonte te verzetten, welk ons werk niet is, en

't ge-

't gene wy dies gaarne aan anderen overlaten, ons vergenoegende met hier alleenlyk dit Biechtzitten te beschouwen in betrekking op de omstandigheden der Gezondheid in de *Predikanten* zelven.

De *Biechtdoening* wordt meest al, *zittende* of *staande* of op beide wyzen te gelyk, voornaamlyk in volkryke Steden, verricht. Hier by komt nog de naauwkeurige oplettendheid op de Woorden der Biechtelingen, en het nadenken, hoe men eene gepaste, stichtelyke en vertroostende tegenrede tegen hen houden, en hun behoorlyker wyze de *Vryspraak* toedeelen zal: waar by, zoo men niet altyd een en 't zelfde wil zeggen, welk, wegens de verscheidenheid der persoonen, en 't verschil van elks toestand, niet wel kan geschieden, of zoo men hen niet alleen te gelyk met een uitwendig van buiten geleerd formulier wil afschepen, de verstandelyke vermogens zeer veel werk te doen hebben, en niet selden uitgeput worden; terwyl het Lichaam hier by, aan vele toevallen onderhevig gemaakt wordt, welken wy hier voren, toen wy van het staan en zitten spraken, hebben opgenoemd. Wy belyden openhartiglyk, dat ons geen bekwaam of voldoend middel, hoe lange en vlytig wy dit ook overdacht hebben, tot nog toe is voorgekomen, waar door wy den Leeraren, in dit hun bezwaarlyk en gezondheid-benadeelend Werk, eenige gewenschte verligting of hulpe konden byzetten. Op de Biechtdagen zyn ze te weinig Meesters van hunnen tyd, dewyl zy verschynen moeten, wanneer de Biechtelingen zich voordoen, 't zy het vroeg of laat of voor of na den eeten is. Pligt en welvoeglykheid, en somwylen ook de kortheid des tyds, en de menigte der Biechtelingen, laten het hun niet toe, zich voor een poos naar huis te be-

geven, of aldaar een uurtje uit te rusten, 't gene voor hun nog het beste Middel zoude zyn. Wat kan men hier dan voor raad geven? Niets beter zeker is 'er voor hun op, dan dat zy zich 's daags te voren van alle diepdenkende overwegingen en vermoeijende Letterbezigheden onthouden, en dus krachten by een famelen, om hun Werk, in het hooren en troosten der Biechtelingen, behoorlyk te verrichten. Daar toe moeten ze ook trachten, des nachts te vooren, zich door eene bekwame ruste te verkwikken en te sterken; dewyl de slaap den Mensch tot het zwaarste werk kan toerusten. Als dan moeten ze even als de Wedloopers in de oude *Olympische* Spelen, tot dien opgelegden arbeid, door een zorgvuldig onthouden van alles, wat hen onbekwaam maken mogt, zoeken op te wekken, en te verlevendigen. Eene matige Levensregel zal hun hier by 't genot van 't gepaste voedzel ter verkwikking, zeer te stade komen. Het is ook eene zeer nutte ontdekking, welke al voorlang door oude en ervaren Artzen gemaakt is, dat de Mensch een lang aanhoudend en gewigtig Werk, veel beter onder de afwisseling van verscheide Driften, dan onder 't geduurig knellen van een enkele Drift, zal kunnen voortzetten. Deze Regel is des te beter en onbedrieglyker, om dat de Menschen van Natuur eene liefde en zucht ter verandering als ingeschapen is. Een Geestelyke nu heeft, voor al ook in den *Biechtstoel*, [en by het houden van openbare *Catechisatien* en *Oefeningen*] meenigerlei gelegenheden, om verscheidenerlei Driften of Aandoeningen in zich te verwekken, welken hem in staat kunnen stellen, om vele uuren lang, zonder merkelyke vermoeijing, deze zyne moeilyke Amptverrichting

waar

waar te nemen. Hy moet 'er zich maar op uitleggen, dat hy niet als een *Machine* in dezen werke, dan zal dit hem zekerlyk verligtenis kunnen byzetten. De Heiligheid der plaatſe, alwaar hy zich bevindt, de diepe eerbiedenis voor de hooge Majeſteit van het geduchte Opperwezen, in wiens naam hy ſpreekt, het uitwendig genoegen, met welk hy zich over de eindelooze ontferming en goedertierenheid van den bermhartigen GOD en zynen liefderyken ZOON uitbreidt, zyn eigen ontzag, en de vreeze, welke hy anderen inboezemt, voor de onbeſmette heiligheid, en onkreukbare gerechtigheid van den Rechtvaerdigen Rechter over allen, en wyders de zekerheid van het ſtreng en zwaar doch billyk Oordeel, welk over Hem zal moeten gegeven worden, in gevalle van pligtsverzuim en volharding in zonde; als ook de droefheid over het verregaand verderf en den treurigen elendenſtaat van 't Menſchdom; de blydſchap over de genaderyke verloſſing der Zondaren, welker Zielen hy, hoe onwaardig in zich zelven, door de kracht en Genaden van CHRISTUS, als uit den brand zoekt te rukken, en de hope, dat het Werk zyner bediening in de harten van velen voorſpoedig wezen, en vruchtbaar worden moge, nevens meer andere Zielsaandoeningen welken behoorlyk afwiſſelen, als ook de levendige indrukzelen, welken zy, wel bedacht, diep in de Godvruchtige Ziele kunnen maken, verheffen welgeſtelde Leeraars, in dit geval, als boven zich zelven, zetten aan hunne Zielen en Lichamen eene onbedenkelyke kracht by, en maken hen dus bekwaam, om met luſt, onvermoeid, en vrolyk zelfs, dezen hunnen bezwaarlyken taak af te doen. En al verlieſt het lyf hier door, gelyk het niet anders zyn kan, eenige krachten, deze kunnen toch wel

 haaſt

haaſt weder herzet worden, door het nemen van een weinig ruſte, het terzyde ſtellen van ernſtige bezigheden, het gebruik van eenige verkwikkelyke ſpyze of drank, en het aanwenden van eene gematigde Lichaams-beweging.

Een ander en geringer nadeel kan 'er ook voor de Gezondheid van den *Predikant* ontſtaan, door 't langduurig ſtil, zacht, en als geſmoord ſpreken: want de Longkwabben en de Luchtpyp, door welken de Lucht geduurig gaan moet, lyden, wegens het geduurig ſpreken, en door de meenigte van de ingetrokken Lucht, eene zekere droogte, die teffens voor andere deelen des Lichaams moeilyk valt en het ſpreken zuur maakt. Zoo men hier tegen zich niet ten eerſten verzet, door dienſtige middelen of vochtigheden te gebruiken, dan moeten de overige Sappen des Lichaams eenige vochten verſchaffen, die deze deelen nat maken. Midlerwyl worden deze Vochten aan het Bloed en de Maag onttrokken; waar door het eerſte verdikt, wordt, en de tweede zyn vermogen ter Spysverduuwing verlieſt, en daar door eene beſtendige hardlyvigheid ontſtaat. Buiten deze aangehaalde omſtandigheden, wordt'er ook, door het zagt ſpreken, eene heeſchheid, hoeſt, en zelfs wel eens eene engborſtigheid veroorzaakt. Daarom is het alleszins zeer raadzaam, zich tegen deze en diergelyke gevolgen behoorlyk in zekerheid te ſtellen, 't welk op tweederlei wyze, gevoeglyk kan geſchieden, eerſt door het voor te komen; ten anderen door te zorgen op eene geduurige toevoering van vochten. 't Eerſte laat zich in 't werk ſtellen, als men, voor het afnemen der Biecht, [of voor het doen der *Catechetiſche* Oeffeningen,] geen opdroogend en verhittend voedzel gebruikt en het

drin-

drinken niet nalaat. Het andere bevordert men, door nu en dan zulke dingen in den mond te houden, welken de Klieren van den mond prikkelen, zoo dat ze meer vochtigheids opgeven, welke tot natmaking van de Luchtpyp dient. Gemeen brood in den mond genomen, bewyſt niet ſlegts dezen dienſt ten vollen, maar is ook een regte hartſterking. Vele *Predikanten* kaauwen Jeneverbeſſen, Kalmus, gezuikerde Oranje of Citroenſnippers, wat Catechou, Zoethoutsdrop, enz. waar van zy zich diergelyke werking belooven. Doch, men moet in dezen wel letten, dat men geene zulke middelen gebruike, welke een ſamentrekkende en verſtoppende kracht bezitten. My werdt onlangs nog het droevig geval van een Prediker in de nabuurſchap van *Leipzig* medegedeeld, die, door het gebruik van Vygen in den Biechtſtoel, een verhard gezwel aan de Tonge gekregen hadt, 't welk hem tot zyne overige Amptsverrichtingen zeer onbekwaam maakte. 't Is ligtelyk te giſſen, hoe dit kan toegegaan zyn. Door de Vygen namelyk zyn de klieren allengskens te zeer ſamen getrokken; en de vloeibaarſte en dunſte deelen, hebben toen wel een doortogt gevonden, maar de groove en taaije zyn, wegens hunne dikte, in de watervaten te rug gebleven, en door 't afgaan van de waterdeelen, tot eene verharding overgegaan, welke door den toevloed van het ſlagaderlyke Bloed nog vermeerderd is. Somwylen nu wordt zulk een Gezwel, naar dat de geſteldheid der vochten in de Klieren is, min of meer gevaarlyk. Is de vochtigheid enkel ſlymig en wateragtig, dan is het kwaad haaſt te genezen, maar is ze met bloed gemengd, dan kan 'er ligtelyk een Kanker bykomen, voor al zoo de Lyder geene goede Sappen heeft. —— De gevolgen nu van zulke gevallen, moeten tot waar-

ſchuwing dienen, dat men altoos, by 't gebruik om de aangehaalde behoed- en hulp-middelen, met voorzichtigheid behoore te werk te gaan. Het is dan den *Leeraren* ook geöorloofd, ten einde hunne drooge en verſmachtende tonge en keel eenige laaffenis te geven, wat ter zyden af te gaan, en iets tot verkwikking te drinken, welk toch niet 't eenemaal koud moet zyn, dewyl zulks in 't verhitte Lichaam eene al te groote verandering konde veroorzaken.

Het *Euangelie* wordt in den *Biechtſtoel* en in de *Catechizatien* met nadruk en afzonderlyk mede aan armen en elendigen verkondigd; dat is aan zulken, die met lichaamlyke krankheden en gebreken behebt, en of teeringachtig, of aan vloeyingen, ſchurft, kwaden adem, of andere onreine ziekten onderhevig, of met uitwendige wonden, en zweeren, of ſtinkende kwalen bezocht zyn; en die zich echter ook hier vervoegen, om trooſt voor hunne niet minder met Lazery en andere vuile kwaden beſmette Zielen te halen; onder welken wel eens ſommigen gevonden worden, die een ten hoogſten onlydelyken ſtank van zich afgeven; 't zy dezelve van hun aangeerfd, of door eigen onreinheid, en ontiegheid, of door een ongeregeld Leven, of uit andere oorzaken, mag ontſtaan zyn. De Predikant moet echter, met het overige der vergadering deze afkeerige Lucht inademen, en tot de zulken naderen, of hen tot zich laten naderen, en loopt dus gevaar, om 'er door aangeſteken of belemmerd te worden in zyne verrichting. In dit geval dan moet hy, zoo hy de ongemakken wil ontgaan, die uit eene vervalſchte en onzuivere Lucht voortkomen, zich van eeni-*Diætiſche* Regelen bedienen; welker *eerſte* is, dat hy allen, die hem ter biechte of om onderricht te ontvangen, nabykomen, zonder onderſcheid,

wie

wie 't wezen mag, om dat men de Ziekten veel al niet van buiten kan zien, meer zyne ooren, dan zynen neus en oogen biede, ten einde hy niets mag intrekken van de kwade dampen, die zy uitademen. Dies moet hy zich zoo plaatſen, dat de Luiden hem meer van ter zyde, dan van vooren naderen; en als dit niet konde geſchieden, moet hy zich zoo verre van elk een afhouden, als eenigzins mogelyk is. Wordt de *Biecht* [of de Oeffening] in eene afzonderlyke Kerke-kamer gehouden, gelyk wel meermalen gebeurt, zoo behooren 'er, in de *tweede* plaatſe, aldaar eenige Venſters opengezet te worden, op dat de verſche Lucht de beſlotene en onzuivere verbetere, of eenigszins hare ſchadelyke uitwerkzelen voorkome of ſtuite. Als het getal der *Biechtelingen* of *Catechiſanten* zeer groot is, moet men hen niet allen te gelyk in de Kerken-kamer laten inkomen, maar by weinigen teffens, op dat de uitwaaſſeming van velen te ſamen de Lucht niet met ſchadelyke Dampen vervulle. Tegen deze en diergelyke kwade Lucht kan men zich bewaren, als men een Boterham met wynruite te vooren gebruikt, het ſpeekzel niet doorſlikt, welk van de ſchadelyke deelen der Lucht aangeſteken is, en als men iets in den mond neemt, welk den ſterken uitvloed van het ſpeekzel bevordert, als *Myrrhe*, *Maſtix*, *Calmus*, of iets diergelyks : ſomwylen mag men eenige zuure dingen, die, als een werkelyk behoedmiddel zyn aan te merken, gebruiken; eenige *Citroenſchillen* eeten, en dertig of veertig druppelen van de *Mixtura Simplex*, in eenig bekwaam vocht, innemen: of des middags en 's avonds als de huislyke omſtandigheden het toelaten, eenige glazen *Rhynſchen Wyn* gebruiken, welken de uitdampingen vermeerderen,

en

en de ingetrokken onzuiverheden, in dier voegen het best weder uitdryven, dat dezelven het Lichaam niet tot nadeel verstrekken. En hoe moeilyk, verdrietig en gehaat als de *Miltzucht* of *Hypochondrie* ook wezen mag, zoo zoude dezelve in dit geval toch, volgens de gedachten van sommigen, den *Predikanten* een zeer goeden dienst bewyzen, dewyl het zuur, welk zich in deze Ziekte voordoet, belet, dat de ingeademde onzuiverheden hare werkingen niet kunnen verrichten.

Zoo noodig nu als het is dat de *Predikanten* daar voor zorge dragen, dat hun de onreine lucht, en de onaangename reuk van eenige luiden, by derzelver naderen tot den Biechtstoel, [tot den Tafel van het Avondmaal, en by de afzonderlyke *Catechisatien*] geen nadeel toebrengen, even onontbeerlyk is ook de zorgvuldigheid, welke zy moeten aanwenden, om aan hunne Biechtelingen, of *Catechisanten* van hunne zyden geenen kwaden reuk mede te deelen. Dit is, zoo wel in een zedelyken als natuurkundigen zin, eene voor de Leeraren noodige en onontbeerlyke eigenschap, maar wy vatten het alleen thans in de laatste betrekking en beteekenis op. 't Komt 'er dan zoo zeer niet op aan, van waar zulk een reuk in eenig deel des Lichaams ontstaat, 't zy uit verrotte tanden, of eenige andere onzuiverheid in den mond, of uit het gebruik van eenige sterkriekende Spyzen, als Ajuin, Knoflook enz. of uit het sterk Tabakrooken; of uit kwade Sappen, of natuurlyke gebreken; noch ook, of die vieze reuk door den mond worde uitgeademd dan of dezelve uit andere deelen des Lichaams, by voorbeeld, de Voeten, uitdampe, en een onaangenaame gewaarwording te weeg brenge: neen, wy willen ons liever bezig houden, met aan te wyzen, door welke dienstige middelen, dit ongemak of voor

te

te komen, of voor anderen min laſtig of eenigszins draaglyk te maken of te verbeteren is. Boven al pryzen wy hun de reinlykheid aan, welke tot de onderhouding der Tanden, die werktuigen, welken voor de *Predikanten* niet te ontbeeren zyn, allernoodzaaklykſt is; en volgens welke het betaamt, dat men, na het rooken van Tabak, den mond met ſchoon Water uitſpoelen, om den onaangenamen reuk weg te nemen. Zyn zy met zweetende Voeten geplaagd, zoo behooren zy zich van verſchgewaſſen ſchoone Kouſſen te voorzien, om, zoo veel doenlyk is, dien onaangenamen reuk te verdryven of te voorkomen. Ontſtaat 'er afkeerige lucht by hen, uit het een of ander ongemak of verzweering in den mond, of keel, of uit een bedorven kies, zoo moet men zich, inwendig bedienen van den heilzamen raad van Dr. WEDELIUS, (*) en eenige tegenſcheurbuikige en Balſamieke Middelen gebruiken. Uiterlyk kan men zich bedienen van eenige welriekende dingen, om ze te kaauwen, als van *Myrrhe*, *Cubebe*, *Star-ayns*, *Karwei*, *Kaneel*, *Catsjou*, of van eenige balletjes uit *Muskus*, *Amber* en *Catsjou*, ſamengeſteld; welke middelen niet alleen den kwaden reuk verbeteren, maar ook nog andere heilzame vermogens toonen te bezitten, door namelyk het hoofd en het geheugen te verſterken, en zulke gebreken der ſpraak te verbeteren, welken nog eenigzins te verbeteren mogten zyn. Als het ongemak uit bedorven of verrorte tanden ontſtaat, moeten dezelven of uitgetrokken, of toegeſtopt worden.

(*) Zie zyne *Diſſert. de Morb. Concionator.* §. 64.

VIER-

VIERDE AFDEELING.

Over de *Voorzichtigheid* der PREDIKANTEN by het *bezoeken* der *Zieken*.

DE Geestelyken en de Geneesheeren hebben hier in een gelyk Lot en verdienen te samen het grootste medelyden, dat zy, in allerhande Wind en Weder, in hitte en koude, by nachte zoo wel als by dage, als men hen begeert of vraagt, [en voor al op plaatsen daar zy geen *Substituten* aan de *Ziekentroosters* hebben, welken hier, in ons *Nederland*, echter meest overal te vinden zyn,] om hunne Zieke Lyderen, die Leden der Gemeente zyn, te komen bezoeken. De grootmoedige gedachte, dat hun pligt en ampt dit van hun vorderen, maakt hun de moeilykheden, die aan het bezoek der Kranken onafscheidelyk vast zyn, toch gemaklyk en ligt te dragen; en zy bevinden, als zy naar gemoede, in dezen hunnen pligt betracht hebben, zulk eene ruste en genoegen in hun harte, dat zy het zelve voor geene schatten der wereld zouden willen verwisselen. Maar onder de Geestelyken zelven, heeft de een meer of minder dan de ander met Lyderen te doen, naar mate zyn beroep zulks medebrengt. Stad- en Land-Predikers moeten hun eigen *Kerspel* of *Parochie* alleen bezorgen, en daar in vallen juist niet te vele bezoeken voor, naar de verscheidenheid der Jaargetyden. Daar en tegen hebben de *Lazareth*- of *Gasthuis-Predikanten* bykans dagelyksch het treurig gezicht, en de vertroosting waar te nemen van Persoonen, die met meenigerlei en ten hoogsten gevaarlykste Ziekten behebt zyn. In het byzonder moet men, in tyd van Oorlog, de Veld-Preekers niet

niet vergeten te noemen, als die hunne Soldaten *Lazaretten* onophoudelyk te bezoeken hebben, in welken het geenszins zoo geregeld en zuiver toegaat, als in Stads-Gasthuizen. Wie zich deze moeilykheden nu, en het daar mede gepaard gaande gevaar, ten aanzien van zyne Gezondheid, op het levendigste voor oogen stelt, kan naauwlyks, by het beroepen tot een Geestelyk Ampt, zich onthouden, van te verzuchten: ô HEER, *zendt wien het U behaagt*, alleenlyk *verschoont my uwen armen, onbekwamen, en tot dit werk geenen lust hebbenden Dienstknecht!* Doch de wyze Schepper, die zyne Gaven wonderlyk uitdeelt, heeft ook de geweten-volgende Predikers met moed en kracht begaafd, om, tegen deze en andere bezwaarnissen, lasten en verdrieten van hun Ampt, zich te wapenen, en zich nergens door te laten afschrikken van de getrouwe, hoewel zeer lastig vallende bediening van het zelve, met opzicht voor al tot het bezoeken der Zieken, en om dezelven te vertroosten en op te beuren. — Deze bedenkingen voor af gegaan zynde, zal men zonder vele moeite wel zien en oordeelen kunnen, dat wy nu een dubbelen Levensregel hebben voor te schryven. *Eerst* namelyk, om in 't algemeen aan die Geestelyken, die slegts nu en dan eens eenige Zieken te bezoeken hebben, regelen ter bewaring van hunne Gezondheid mede te deelen; ten *anderen* ook, om aan zoodanige *Gasthuis-Predikanten*, die zich dagelyks met diergelyk een Werk ophouden, eene aanwyzing te doen, hoe zy het best voor hunne Gezondheid zullen zorge dragen.

Drie Zaken zyn 'er voornaamlyk voor een Predikant, die, by het bezoeken der Zieken, voor zyne Gezondheid wil waken, op te merken, en in acht te nemen: (1) *Eer hy zyn bezoek aflegt*; (2) *By het*

het bezoek zelve; en (3) *Na het zelve.* Van elk zullen wy in 't byzonder het noodigste 'erinneren.

Eer hy zich in 't huis van eenige Lyderen begeeft, moet hy met Mannen moed zich getroosten, alles te zien en te hooren, wat de Lyder lydt en klaagt; zich met vertrouwen op Gods voorzorge en genadige bewaring verlaten; en wel bedenken, dat zulke en diergelyke Bezoeken, een voornaam gedeelte van zyne Eerwaardige Bediening uitmaken; en dat hem, zonder den wille van GODT geenerlei kwaad, noch eenig ongeluk overkomen kan. Daar na zich, met en onder een hartelyk en ernstig Gebed om GODS byzondere gunst en heilvolle bescherming, in deze tyds omstandigheid, aan zyne bescherming bevolen hebbende; zoo mag en behoort hy alvoorens, aan het huis van den *Patient*, te laten zeggen, dat men de Ziekekamer voor al wat late bewierooken. Deze voorzichtigheid is te meer noodig, opdat de Lieden van het huis zich voor af ook wat mogen gereed maken, om den *Predikant* in zyne Gebeden en troostredenen te vergezellen; en de eene en andere schikking tot het welontvangen van dat Bezoek te maken: want het ziet by alle Lyderen 'er niet even rein en zuiver uit; ja in de kamers van sommigen is 't zoo gesteld somwylen, als in de verkeerde Waereld, zoo dat men schroomen zoude, 'er te gaan zitten. Tot het bewierooken van de Vertrekken kan men zich bedienen van het volgende Voorschrift van Dr. WEDELIUS; namelyk van *Wierook*, *Barnsteen*, *Myrrhe*, *Jeneverbessen*, *Gom Animæ*, *Bast van Storaxboom* en andere welriekende dingen, waar mede zich de Landpredikers voorzien en in geval van nood, aan de *Zieken* wat van mededeelen mogen. Diergelyke werkingen kan men ook van de Rookpoederen en Rook-kaarsen verwachten

ren. De reden, waarom het rooken zeer heilzaam is, is daar in te zoeken, om dat het vuur de Lucht zuivert, en de balſamieke uitwaaſſemingen, aan de ſchadelyke dampen, hare kracht benemen. De aankondiging van het komen des Predikants by den Zieken, kan ook aan de oppaſſeren gelegenheid geven, om eerſt, al het gene onaangenaam en aanſtootlyk voor den reuk, en het oog mogt zyn, uit den weg te ruimen.

By het gaan naar den Zieken, en by het inkomen van het huis des Lyders kan en mag de Leeraar, om zich voor onverhoedſche aanvallen der Lucht te beveiligen, wat *Myrrhe*, *Cubeben*, *Coſtus* of *Zedoarwortel* of iets anders kaauwen, welk, door deszelfs Specerygeur, de kracht van het vergift wederſtaan, en de beſmette onzuivere Lucht haar benadeelend vermogen benemen kan. Het gebruik der kruidnagelen houden wy in dit geval niet voor raadzaam, om dat de bevinding beveſtigd heeft, dat zy het Vergift uit de Lucht tot zich trekken, en dus eene tegengeſtelde werking zouden doen. By het naderen tot het Ziekbedde, kan de *Predikant* niet nalaten, de hand des Lyders, als deze hem wordt aangeboden, aan te nemen, om den Kranken niet te bedroeven, en zyne Ziekte dus te verergeren. Doch, te recht mag hy ſomtyds wel wenſchen, dat hem zulk eene betuiging van achting en liefde niet betoond worde; of dat hy, zich met kabretten of andere handſchoenen wapenen mogt, om zyne Zweetgaten voor de dampen van den Lyder te beter te beveiligen. Ten minſten is het hem te raden, dat hy de Zieke hand niet lange in de zyne vaſt houde, en die los-late, zoo dra de Prieſterlyke welvoeglykheid zulks wil toelaten. Moet hy zich by of naaſt het bedde van den Zieken nederzetten, zoo

zal hy weldoen, veel eer het hoofd- dan het voeten-einde van den Lyder te naderen, op dat hy deszelfs uitademing zoo veel doenlyk is vermyden, en het zoo schikke, dat hy zelve den Zieken van ter zyde het aangezicht late zien, en tevens het speekzel, welk hem, door het spreken in den mond koomt, niet doorslikke, maar telkens uitspuwe.

Na het afgelegde Bezoek zal het hem zeer dienstig zyn, de handen terstond te wasschen, op dat, als 'er zich eenige vreemde stoffe, op derzelver oppervlak mogt gezet hebben, dezelve ten eersten weggespoeld worde. En zoo het ook mogt te vreezen zyn, dat 'er onverhoeds iets in 't Lichaam gekomen ware, door het nederslikken van het speekzel, of het inademen der Lucht, zoo kan hy een pyp *Tabak* rooken, welk, boven anderen zeer wel geschikt is, om het kwaad in zyn begin te smooren, of uit het Lichaam uit te werpen. Laten de bezigheden van het Ampt den Geestelyken toe, om zich wat in de vrye en gezonde, opene Lucht te onthouden, zoo zal hy daar door zyne Gezondheid beter bewaren of bevorderen, dan of hy zich iets uit de *Apotheek* liet voorschryven.

Maar nu is de vraag, hoe hy zich gedragen zal en moet, als hy deze of gene Lyderessen by zware Geboorten en smartlyk en moeilyk baren, of haar of anderen, wanneer zy pynlyke Heelkundige *Operatien* moeten ondergaan, dient te vergezellen, en te vertroosten? Hoe zal zyne ongeveinsde liefhebbende Ziele, in zulke harde gevallen, haren onverschrokken moed niet alleen bewaren, maar ook de Lyderessen, of Lyderen, door hartige tale, wel weten op te beuren, te sterken, en troost en moed in te spreken, indien hy zelve slegts, daar toe niet genoeg gehard, of al te week, medelydende, en slaphar-

tig wezen mogt, om zulke vreeslyke tooneelen by te woonen? Zekerlyk het is volstrekt noodig, dat zulke, die hier toe wel bekwaam zullen zyn of worden, daar toe van der jeugd af aan moeten gehartigd worden, en zich in hunne Studenten-Jaren toeleggen, om allerlei Ontleedkundige Proeven te zien doen, of zelfs, als zy kunnen, in 't werk te stellen, om te beter, tot het zien van zulke *Operatien* in staat te worden gesteld, om de Wysheid van den Schepper, in 't gestel van de kleine Waereld onzes Lichaams zelve te beter te mogen bewonderen, en aan anderen krachtiger en klarer te mogen voorstellen. —— Gebeurt het echter, dat *Predikanten* des niet te min weekelyk en flaauwmoedig zyn, om zich by zoodanige Kunstbewerkingen, en in dien hagchelyken toestand der Lyderen, behoorlyk van hunnen pligt te kwyten, zoo kunnen wy hen niets beter raden, dan dat ze, allengs, door goede redeneeringen, zich zelven leeren bemoedigen, en zich een riem onder het harte steken, gelyk zy zulks, in andere gevallen, wel aan andere weten te doen. Vreezen zy dan nog, dat hun eenige bezwyming of flaauwte, in een der gemelde gevallen mogt overkomen, zoo dienen zy iets sterk-riekende by zich te dragen, om de bezwykende Geesten 'er door op te beuren, waar toe de *Wynruite-Azyn*, het *Aqua Prophylactica*, het Koninginne Water, en anderen somwylen van dienst kunnen zyn. Een al te verregaande afkeer, die uit heftige Gemoedsbewegingen voort koomt, kan ook tot vele verdrietige toevallen aanleiding geven. Daar uit ontstaat wel eens een meenigvuldig braken, en eene wezenlyke voedeloosheid of eene bleeke zucht, zoo dat de Maag bedorven, en al deszelfs eetlust weggenomen wordt. — Hier tegen nu moeten de Leeraars, uit den grooten voorraad van Zedelyke grondbeginzelen, dien zy be-

zitten, zich tegens de ſchadelykheid der Driften en Zielsaandoeningen trachten te verzetten; en dezelven door beleid en goede redenskracht zoeken onder bedwang te krygen. Uit de *Apotheek* kunnen zy zich midlerwyl tegen deze toevallen van verſterkende Maagpoeders en Pillen, of van het *Elixir Viſcerale* van den Hoogleeraar HOFFMANN bedienen.

De hier nu gegeven Voorſchriften betreffen ook de Gaſthuis- en Veld- of Leger-Predikanten; onder welken de naam zelfs van *Hospitaal-Prediker* reeds vreeſlyk klinkt in gezonde Ooren: doch in de *Hospitaalen* of *Gaſthuizen* wordt gemeenlyk de naauwkeurigſte order, en eene kieſche Zindelykheid onderhouden, en nooit begeeft de *Predikant* zich derwaarts, of daar is te vooren zorge gedragen, om de Zieken-Kameren te reinigen, en met reukwerk te berooken. Het is hier dan alleen de gevaarlykſte poſt voor hem, dat hy genoodzaakt zy, Luiden te bezoeken, die met heete en kwaadaartige Ziekten bezocht zyn. Om daar toe nu een krachtig bewaarmiddel te zyner Gezondheid te hebben, raden wy hem, dat hy voor al trachte een vergenoegd, kloekhartig en onverſchrokken Gemoed of te bewaren, of in zich aan te kweeken, en zich van alle inbeelding, ſchrik en vreeze te ontdoen; want, dan kan hy het beſte ſtaat maken, dat de vaſte deelen zynes Lichaams hunne levendige ſpanning, en de zachte en vloeibare eenen goeden omloop behouden, en dus alle de vereiſchte afſcheidingen ook in hare natuurlyke order blyven zullen. Men denke echter niet, dat 'er geene Artſenyen in dit opzicht zouden kunnen voorgeſchreven worden, als men dezelven begeeren mogt. Neen, hier komen ook alle die middelen te paſſe, welken de

kwa-

kwade gesteltenis der sappen, weder in haren voorigen en natuurlyken toestand kunnen brengen; en deze kunnen den Gasthuis-Prediker of Krankbezoeker, als hy zich by besmetlyke Zieken bevonden heeft, ook te stade komen. Hier toe kunnen verscheiden soorten van middelen dienen, die ingericht zyn, naar mate het ongemak op dit of dat deel des Lichaams vallen mogt, waar by de *Lazaret-Predikant*, zoo dra hy 'er iets van bespeurt, den raad van den Artz ten beste dient te nemen, op dat het kwaad niet te diep inwortele, of, door een verkeerd gebruik der middelen, vergroot worde. Een stukje witte *Gentiaan-* of wat *Engel-wortel*, wat *Myrrhe*, *Cubebe*, of *Jeneverbessen* in den mond gehouden en gekaauwd en deels doorgeslikt, of weder uitgespogen, of eenige *Mithridaat* van te voren gebruikt, zyn als algemeene middelen aan te zien, die de ingezoogen onreinheden niet zoo ligtelyk doen opkomen, of tot kwaadaartige Ziekten overslaan. Voor 't overige geldt hier ook de Aanmerking, welke wy boven gemaakt hebben, dat namelyk alle zulke *Predikanten*, en andere Geestelyken, tot het behoorlyk waarnemen van dit gedeelte hunner bediening, welk veeltyds van groten dienst voor de Lyderen kan zyn, zich van jongs af, moeten leeren harrigen en versterken, en door het bywoonen van *Anatomische* en *Chirurgische Operatien*, zich gewennen, om alles te kunnen zien zonder schrik of afkeer, wat een *Patient* of lyden of ondergaan moet.

Meest van allen schynen de Veldpredikers de hulpe van den Geneesmeester te behoeven; want de geduurige verwisseling of verandering van het Weder, waar aan zy zich moeten overgeven, de verscheidenheid der spyzen en dranken, welken zy genoodzaakt worden te gebruiken, en de afgebroken en ongere-

gelde order van het flapen en waken, en de meenigvuldige fatigues en moeilykheden, welken zy by het opbreken des heirs, in het Leger moeten ondergaan, vallen somwylen allen te gelyk dermate op hun Lichaam in, dat zy aan 't zelve eene gantsche ontroering, en verscheuring schynen te dreigen. Echter zyn zy, onder de *Predikanten*, die genen, die zich 't minst aan den *Artz* laten gelegen liggen, naardien zy gemeenlyk eenen vasten en duurzamen Welstand genieten, welke haast by anderen eene *Jalousie* verwekt, en waar over velen zich verwonderen, met te vragen, hoe 't mogelyk is, dat zy zoo gezond blyven? Deze Vraag is ligtelyk optelossen, als men maar bedenkt, dat deze Lieden zeer veel beweging, en teffens zeer goede vermogens ter spysverduuwing, gevolgelyk ook, als hun dat gebeuren mag, een zeer verkwiklyken slaap hebben. Ook worden hunne Lichamen gehartigd, door een geduurig verblyf in de vrye en steeds aan veranderingen onderworpen Lucht; en hun geduurig opgeruimd gemoed bevordert den omloop van het bloed en van alle de sappen derwyze, dat 'er een goed voedzel-sap bereid wordt, welk aan alle de deelen van het Lichaam eene zekere vastheid byzet. Dewyl zy nu yverige liefhebbers van 't Gezelschap zyn, zoo kan hun hart nooit door een leger van kommerlyke zorgen, die voor de Gezondheid nadeelig zyn, ingenomen en ontrust worden. En wat hunne Letteroefeningen belangt, hier in houden zy de middelmaat zeer gaarne, zoo dat zy voor 't gevaar niet te vreezen hebben, welk een aanhoudend nadenken naar zich sleept. Te vergeefs zouden wy dan onze bekwaamheid aan hun trachten te werk te stellen; daar hun de gadelooze roem niet kan betwist worden, dat zy Helden in de Gezondheid zyn. En, al was het ook, dat hun al eenige Ziekte treffen mogt,

zoo

zoo hebben zy toch hunne Veld-Doctoren en Chirurgyns by zich, die hun, buiten eenige van hunne kosten, de beste Geneesmiddelen moeten toedeelen. Eenige weinige Regelen echter willen wy hun, om aan deeze *Afdeeling* te voldoen, mededeelen. Indien zy mogten ziek worden, zal zulks bedenkelyk uit de Maag ontstaan, welke de hoofdoorzaak van de meeste Ziekten is. Hierom is hun voor al de matigheid aan te bevelen in alles, wat zy eeten, drinken, lyden, en verrichten, als welke de voorname behoedster der Gezondheid en eene goede troosteres voor de Kranken is. Vervolgens raden wy hen, om niet, buiten dringende noodzaaklykheid, de ordening der Natuur te veranderen, en uit den dag den nacht, uit den nacht den dag te maken, dewyl 'er tyden kunnen komen, die hen daar toe noodzaaken, zoo dat zy dan tegens zulke vermoeijing geenszins bestand zouden zyn. En hoewel het velen hunner onaangenaam wezen mogt, dat wy hen ontraden, om het Nacht-rinkelrooyen der Heeren Officieren by te woonen, zoo schroomen wy echter hun ongenoegen hier over niet, om dat wy van ons goed oogmerk ten hunnen besten volkomen verzekerd zyn; en dus onverdiend hunnen toorn op ons zouden laden, als zy niet dulden wilden, dat men hun dit voorstelde. Eindelyk raden wy hen, om, zoo dra zy de Winterkwartieren mogten betrekken, en in de ruste geraken, dat zy als dan de beweging niet verwaarloozen, want dus zouden zy van 't eene uiterste in 't andere vervallen. Veel eer behooren zy zich dan aan koude, aan oefening en aan vele beweging over te geven, en zich te gewennen om ruuwe en harde Spyzen te blyven gebruiken, op dat hun Lichaam niet van de oude streek af gerake,

 en

en zy in den volgenden Veldtogt tot hun ampt onbekwaam mogten worden.

[Tot besluit van dit Hoofdstuk kan ik niet nalaten, den Lezer, by wyze van verpoozing en tusschen-rede, eens het gedrag voor oogen te stellen van zeker *Leeraar* omtrent Menschen, welken hy oordeelde of van een ziekelyke Gesteldheid, of waarlyk krank te zyn; waar uit men zien zal, dat hy en zyne soortgelyken, zoo zy 'er mogten zyn, geenszins bekwaam mogen geacht worden om als *Ziekentroosters* of *Krankbezoekers* te handelen. Deze Predikant hadt namelyk de gewoonte om geene beleefdheid te bewyzen dan aan jonge en sterke Menschen, en ten minsten met geene oude Luiden te verkeeren, of ze moesten vrolyk en gezond zyn. Dus redeneerde hy eens, tegen een vriend van een zyner begunstigeren, op wiens Landgoed hy zich bevondt, onder het wandelen, in dezer voegen: "Dit is waarlyk „ gezegend Land, myn Heer, ik wenschte wel dat „ de Eigenaar maar wat minder met de Jigt geplaagd „ was; op dat ik wat meer achting voor hem mogt „ kunnen hebben. Want, al weet ik dat zyn pynlyk „ ongemak aan geene onmatigheid is toe te schryven, „ zoo doet dit echter myn achting zoo wel voor „ hem verminderen, als voor een ander Heer, dien „ ik, ten aanziene van myn beroep op myne tegenwoordige standplaats wel veel verpligt ben, maar „ nooit ga bezoeken, om dat hy zeer met het Graveel „ gekweld is, welk hem zeer pynlyk maakt en ten langen lesten hem in 't graf zal slepen. —Ik kenne „ nog een ander, die een jaarlyksch inkomen van dertig duizend Guldens heeft, en daarom in zyne Koets „ op elks beleefde buiging wacht; maar ik, die hem „ kenne en weete, dat hy aan eene benaauwde Borst „ sterft, verwaardige my niet hem te groeten, en

„ heb-

„ hebbe geen luſt altoos om my met hem gelyk te ſtel-
„ len. De Gezondheid is het eenige ding van
„ waarde, welk 'er in de waereld is, en die bezit-
„ tende achte ik my zelven een veel grooter Heer,
„ dan hy is. Met al zyn goed zou hy bly zyn, de
„ geruſtheid van den armen Predikant *Koenraad*
„ *Sanitas*, neffens deszelfs gezond geſtel, voor alle
„ zyne ſchatten te kunnen koopen. Voor zulke
„ Luiden wil ik myn hoed niet eens afnemen. Hy
„ kan pas weinige Maanden meer leven.

Zeer gemeenzaam praatte die ſnaakſche Preeker met een deel Moffen, die bezig waren met palen in den grond te heijen; en prees, zynen mede-wandelaar, dezelven aan, als Menſchen, waardig dat men 'er meê verkeerde, om dat de rykdom van Gezondheid hun ten oogen uitblonk. — De Officieren noemde hy een ſoort van Menſchen, met welken hy geene kennis altoos wilde maken; om dat ze hun leven op al te loſſen voet bezitten, en ieder uur gevaar loopen, (als het oorlog is) om het te verliezen. Een Man, die ziekelyk is, zeide hy, of die een gevaarlyk beroep heeft, moet niet denken, dat hy gelyk ſta met Luiden van een Gezond ge-ſtel, en die minder gevaarlyke bezigheden hebben.

Maar welk een raar en miſſelyk ſlag van een Predikant dit ook was, hy toonde nochtans geen Vyand te zyn van Luiden van een ongezond geſtel, en toonde hun zelfs zyne weldadigheid, als hunne nooddruftigheden zulks vereiſchten. Maar welke mogelyke dienſten hy hun ook bewees, hy kan zich zoo verre niet vernederen van hen te bezoe-ken, en een tyd lang gezelſchap te houden, zoo dat hy, uit vreeze voor zyne Gezondheid, hen niet gaarne voor 't bed, of in 't gebed verzeld zou hebben, en hier toe dan wel een *Kapellaan* dien-

de te houden, of een Krankbezoeker in zyne plaatſe af te vaardigen, ten ware hy, gelyk eenige Dorps-Predikanten tegenwoordig beginnen in trein te brengen, zich zoo min met de geringe gezonde, als met de zieke Leden van het Kerſpel verkoos te bemoeijen; en zich maar liefſt ophoudt, daar wat te eeten en te drinken valt. Eene van zyne ſtelregelen intuſſchen is, dat een Geneesmeeſter beter in ſtaat is, om iemand aanzien by te zetten, dan een Koning, om dat de Geſchenken der Fortuin niet te waardeeren zyn, by het onſchatbare goed der Gezondheid, zonder 't welke de rykſten zelfs arm mogen heeten. Hy begrypt dat een Man, die zyn eigen Lichaams-geſtel gezond maakt, meer verdienſten bezit, dan hy die 'er mede geboren wordt, om dat het eene een Werk van 't geval is, en 't andere met voordacht te wege gebragt wordt. Hy houdt daarom een arm Man, die Gezondheid geniet, een goed Gezelſchap voor een Koning, en een Heer zonder dezelve voor een arm Schepzel, die geene eerbewyzing van anderen verwachten mag noch kan, om dat de laagſte zyner Dienſtboden zyn ſtaat niet met den zynen zoude willen verwiſſelen.

Men zoude verſcheide Bedenkingen over dit zonderlinge Karakter kunnen maken, hoewel het, onder zekere bepalingen, te wenſchen was, dat de gevoelens van dezen Predikant, ten aanziene van de waardye der Gezondheid, en om zich, buiten 't gevaar van beſmetting door Ziekten, te houden, wat meer in zwang gingen. Want de Gezondheid is zekerlyk de Rykdom van het Leven; en als de Menſchen hunnen rang van haar alleen moeſten ontleenen, zoude dit hen, naar alle waarſchynlykheid, zorgvuldiger maken, om dezelve te bewaren.]

VYF-

VYFDE AFDEELING

Van het *Diætetisch* gedrag der PREDIKANTEN, by gelegenheid van *besmetlyke* en *gevaarlyke Ziekten.*

DEze Afdeeling hangt met de voorgaande, wegens derzelver Inhoud, zoo naauwe aan één, dat we dezelve, wel, zonder die afteſcheiden, op en onder elkander hadden mogen brengen. Maar, gelyk de *Redenkunſtenaars*, die zeer op de naauwkeurigheid geſteld zyn, hunne Verdeelingen wel eens in tweën ſchiften, zonder deswegens beriſpt te worden, zoo beweegt hun bekoorlyk Voorbeeld my mede, om deze ſtoffe hier van elkander te ſchiften. Ook kan het nog iets tot myne verſchooning dienen, dat men, in andere wetenſchappen, zonder tegen de order te zondigen, op gelyke wyze te werke gaat; zoo dat ik, overal Voorgangers hebbende, deswegens niet beriſpt behoeve te worden. Vraagt men, waarom ik deze handelwyze kieze, en zulk een onderſcheid te dezer plaatſe make, antwoorde ik, kortelyk en bondig, dat deze Afdeeling van de voorgaande even eens afgezonderd zy, gelyk het *Algemeene* van het *Byzondere*. Alomme, en by alle Menſchen zal men, uit hoofde van den Zondenval, en deszelfs droeve Gevolgen, Ziekten en Ongemakken aantreffen, maar allen en overal worden ze juiſt door geene beſmettende en gevaarlyke kwalen aangetaſt.

Na deze kleine Voorrede en Verantwoording wenden wy ons nader tot het geene wy bedoelen te verhandelen. Alle Geleerde ſpitszinnigheden ter zyden zettende, zoude het een onnoodig en overbodig

werk

werk zyn, indien wy over bekende zaken eene nette en juiste woord-verklaring wilden mededeelen. Wie onzer Lezeren weet niet, wat wy Geneesmeesters onder den naam van *besmettelyke en gevaarlyke Ziekten* plegen te verstaan. Om echter in dezen alle dubbelzinnigheid te ontgaan, zoo verklaren wy hier mede openlyk, dat wy geenszins die Ziekten onder de aanstekenden of besmettelyken, willen mede geteld hebben, die'er anders doorgaans toegerekend worden, en welke of uit eene te koude, te heete te natte, te drooge, te ligte of te zware Lucht ontstaan, of als dezelve, door hare al te schielyke afwisselingen, de stoffe oplevert tot Catharalische Ziekten, Vloeijingen, en onregelmatige Koortsen. Wie maar een vlugtig oog over 't voorgaande gedeelte dezer Verhandeling heeft laten gaan, die zal gereedelyk moeten toestaan, dat wy daar van reeds genoeg gezegd hebben, en nu 'er niets meer behoeven by te doen, indien wy ons aan geen verdrietig herhaal willen schuldig maken. 'Er is derhalven nog een ander denkbeeld van besmettelyke Ziekten overig, waar van wy hier 't een en ander te zeggen hebben; in zoo verre wy namelyk daar by verstaan zoodanige slegte toevallen, welke uit eene schadelyke Lucht ontstaan, als welke deeltjes die werkelyke vergiftige onzuiverheid in zich behelzen, die in de Lichamen indringen, zich met de sappen vermengen, daar in te rug blyven, en de zoogenaamde boosaartige besmettelyke Ziekten, als uitslag van verscheiden soorte, Vlek- en Purper-koortsen, de Pokjes, den rooden Loop, en eindelyk de Pest kunnen te wege brengen. Hoe gewigtiger nu, gevaarlyker, en doodelyker, deze aanstekende Ziekten zyn, hoe meer zy ook de opmerkzaamheid der Geneesmeesteren, en de voorzichtigheid der Lyderen

ei-

eischen. Geene Priesters of Predikers, hoe heilig ook van Wandel, hebben, wanneer de Lucht met diergelyke pestige en venynige deeltjes doordrongen is, in dezen eenig het minste voorrecht boven anderen, of eenigen vrygelei-brief ter hunner veiligheid aan te wyzen. En de Ziekten hebben zoo luttel hoogachting, ontzag, of beleefdheid voor hunne Kleeding en Ampt, dat zy zonder vele Complimenten zich gereedelyk aan hunne Persoonen vast hechten, en een gemeenzaam gezelschap voor hun op hunne Kameren worden. Daar is dan niets beter op, dat wy, dan door de natuurlykste en eenvoudigste middelen, de Geestelyken in staat stellen, om zich tegen zulk een onhoflyk bezoek te beveiligen.

Eene naauwkeurige opmerking, hoe de boosaartige uitvloeizelen der Zieken, welken zy in zulk een tyd ingezoogen hebben, in andere Lichamen indringen en de sappen bederven kunnen, zal ons aanleiding geven, hoe wy dezelven te keer gaan, en eenen krachtigen wederstand bieden mogen. Onze denkwyze is zekerlyk billyk, dat de boosaartige stoffe, met de Lucht, in den mond gebragt zynde, zich aldaar met het speekzel vereenige, en als het speekzel doorgeslikt wordt, deze onreinheid overbrenge in de Maag, uit welke zy als dan door de Melkaderen met de *Chyl*, in het bloed overgebragt wordt. Het Boek der Godlyke Openbaring bevestigt, nevens de bevinding, de juistheid onzer gedachte. Waarom toch zoude de wyze Wetgever en Regeerder van het *Israelitisch* Volk, hun dit heilzaam bevel gegeven hebben, om zich voor onreine Zaken, door welken de Lucht konde aangesteken worden, zorgvuldiglyk te hoeden? Waarom worden alle die dingen, welken de Lucht kwaad-

kwaadaartig kunnen maken, geplaatst in den rang dier Zaken, van welken men zich, als onrein, ſtiptelyk te onthouden hadt? Waarom moeſten de *Melaatſchen* zoo vlytiglyk beſchouwd, zoo voorzichtiglyk buiten de ſamenleving en 't Gezelſchap van anderen afgezonderd en geweerd worden? Zekerlyk, dit geſchiedde met geen ander oogmerk, dan om, door zulke en meer andere welbeſtierde maatregelen, alle aanſteking en beſmetting, hoe genaamd voor te komen, en te verhoeden, op dat het gantſche Land niet met Gaſthuizen vervuld mogt geraken.

Wy zyn geenszins voornemens eene ſterke party te trekken, of een heftig geſchil op te vatten tegen de genen, die, over die wyze der aanſteking, of over den oorſprong der eerſte beſmetting van onze Lichamen ſprekende, van gedachten zyn, dat dezelve of door de Zweetgaten, of op eenige andere wyze zich den weg tot ons bloed wete te verzorgen; wy willen dezen liever gereedelyk toeſtaan, dat ook hunne meening niet geheel onbewyſlyk, en met de onze zeer wel beſtaanbaar zy. Veel liever zullen wy trachten na te vorſchen, hoe dezelve onze Lichamen aantaſte, en dezelven reeds in den beginne derzelver kracht en ſterkte zoeke te benemen. Wy zyn genoodzaakt te belyden, dat de beſmette luchtdeeltjes in ſtaat zyn, om de natuurlyke menging onzer ſappen te verſtooren, en aan dezelven eene al te groote vloeibaarheid, waar door zy niet ſtremmen konnen, of een ſchadelyke verdikking, en running mede te deelen. De omloop des bloeds onderſteunt deze ſchadelyke werking, naardien dezelve deze giftige onreinheid nog altoos vluchtiger maakt, dezelve naar alle deelen des Lichaams heenen voert, en de ſappen in eene hun gelykſoortige ſtoffe verandert. Het is natuurlyk dat, hoe heftiger en raſſer deze omloop des Bloeds geſchiedt,

ſchiedt, hoe eer en ſchielyker dit kwaad ook de overhand neemt. Om deze redenen zyn, in zulken gevalle, de hittige, bezoardiſche, en in 't algemeen alle uitdryvende en zweetverwekkende middelen verwerpelyk en af te keuren, om dat zy de hitte vermeerderen, en de Ziekte verergeren.

De Middelen, in tegendeel, van welken men zich met eenige vrucht kan bedienen, als deze en diergelyke Ziekten haren verderflyken invloed toonen, en 't menſchdom, zonder eenig aanzien van Perſoonen, gramſtorig aanvallen, overhoop ſmyten en verwoeſten, zyn hoofdzaaklyk van tweederlei ſoorte, *algemeene* en *byzondere*. De *algemeenen*, welken onze kunſtgenooten voor alle Menſchen goed noemen, en aanpryzen, zyn derhalven ook voor de *Predikanten* niet ondienſtig, en zelfs hebben dezen noodig zich daar van vooral te bedienen, om dat zy zulke en andere Zieken moeten bezoeken. Dezelve beſtaan daar in, dat men zyn ſpeekzel, welk vergaderd wordt onder het ſpreken met zulke Lyderen, nooit doorſlikke, maar het telkens van zich werpe, op dat men aan het daar by gemengde Vergift geene gelegenheid geve, zyne werking in 't Lichaam te doen. Om nu de uitvloeijing of toevloed des ſpeekzels te bevorderen, en 'er zich te meer van te laten ontdoen, moet men wat *Maſtix*, *Myrrhe*, *Pimpinel-wortel*, of *Calmus* in den mond nemen, en dezelven gekaauwd hebbende, geduurig uitſpuuwen. Doet het geval zich voor, dat men zich eenigszins kwalyk of miſlyk of ongeſteld gevoelt, zoo is dit een zeker kenteeken, dat men, te gelyk met het ſpeekzel eenige onnutte deelen ingeſlokt hebbe, welke zich aan de zenuwachtige deelen der Maag vaſtgezet hebben. Hier tegen nu is geen beter raad te geven, dan dat men tot een

zacht

zacht Braakmiddel zyne toevlugt neme, op dat het Vergift dus geloosd, en verhinderd worde, dat het niet in 't gedarmte en 't bloed overga, als waar in het zich, als in verholen loopgraven en verschanssingen, zoude kunnen ophouden, en geduurige aanvallen op de Gezondheid doen. Men kan ligtelyk zulke middelen bekomen, die, zonder vele moeite en ongemak eene zachte braking verwekken. Zonder kosten zelfs kan men dit te wege brengen, als men slegts zynen Vinger, of eene Veêr van een pen in de Keel steekt; welk by velen van eene goede uitwerking is. Of men kan dit bevorderen door alleenlyk wat warm of laauw water te drinken, of anders wat Olie van zoete Amandelen of Olyven te gebruiken. Nog eene andere Regel van Voorzichtigheid, welke ook niet dient te worden vergeten, bestaat daar in, dat men, by diergelyke kwalykte, of als de Ziekte reeds een begin genomen heeft, geene *Buikzuiverende* middelen behoore in te nemen, hoe zeer deze of gene dezelve aanpryzen, of de een of andere Kwakzalver daar op dringen mogt, dewyl men daar door den overgang van het vergift in het gedarmte en het bloed bevorderen zoude, terwyl een zacht Braakmiddel het kwaad, zoo al niet geheel en al wegnemen toch ten minsten zeer verminderen zoude. Eindelyk, zyn eenige Geneesheeren van gedachte dat, ingevalle hier zich eene kwaadaartige Koorts byvoegt, de *Zoete Kwik* (*Mercurius Dulcis*) een goeden dienst zoude kunnen doen, naardien de Lyder 'er door tot eene zagte kwyling en uitwerping van speekzel zoude komen, waar door tevens die kwade stoffe buiten het Lichaam konde uitgedreven worden

Wegens de *byzondere Middelen*, welken de Predi-

dikanten zeer aanmerkelyke dienften in aanftekende en gevaarlyke Ziekten bewyzen, kan men by Dr. WEDELUUS in §. 60. van zyne meermalen aangehaalde Verhandeling, de eenen en anderen aangeprezen vinden; gelyk onder anderen het bewaar-poeder, of *Pulvis Præfervans*, of *Abforbens* van zynen Vader, waar van 's morgens, eer men de Lyderen bezoekt, een halven vingerhoed vol, met wat warm bier, en 's namiddags, als de nood het eifcht, even veel met koud gekookt water, of koud bier kan gebruiken. Ten gelyken einde kunnen ook dienen de *Effentia Myrrhæ Simplex*, het *Elixir Proprietatis*, de *Tinctura Bezoardica* en *Mixtura Simplex*; welken fomwylen eene ongemeene Werking doen. Deze en eenige andere Dingen [welken wy hier achter, * nevens de wyze van bereiding, opgeven zullen; ten einde altoos wat by de hand te hebben] behooren zich voor al zulke Land-Predikanten te verzorgen, die verre van de Steden afgelegen en dus niet in ftaat zyn, om fchielyk de hulpe van eenen bekwamen Geneesmeefter te bekomen. Maar, dewyl de eene of andere kwaal, door zulke en andere omftandigheden, ligtelyk tot erger overflaan, en wel eens gevaarlyk worden kan, zoo moet de Leeraar, indien hy niet mondeling een' bekwamen Artz kan fpreken, een fchriftelyk bericht wegens zynen toeftand aan den zelven laten toekomen, ten einde het kwaad by tyds moge geftuit worden. Vooral behoort men in zulke gevallen, de geduurige en zachte uitdamping niet te vergeten; waar omtrent ik,

[* Te weten na 't aflopen der *laatfte*, of ZEVENDE AFDEELING; om 't dus, als een *Aanhangzel* ten dienfte der *Predikanten*, ten platten lande vooral, te doen dienen.]

ik, op dat men my niet kwalyk versta, myne meening wat duidelyker zal verklaren. By eene zachte uitdamping versta ik de zoodanige, die zonder zonderlinge verhitting van het bloed afloopt, en door welke de vlugste en fynste onzuiverheden ten Lichame uitgedreven worden. Deze is derhalven van het zweeten, welke eene sterker verhitting van het bloed onderstelt, wel te onderscheiden. Deze laatste is in diergelyke boosaartige Ziekten niet dienstig, en wie zich dezelve, op allerhande wyze, zoude willen bezorgen, om 'er verzachting door te genieten, die zoude het zich moeten laten welgevallen, als hy wel haast ten prooije van den dood gesteld werdt. Want, hoe meer onzuiverheden men, door het zweeten, ten lyve uitjaagt, hoe meer daar door het Lichaam verhit wordt, en het bloed aan 't kooken en gisten geraakt, waar op dan wel haast een verval van krachten volgt. Om te weten welke onreinheden zich in ons Lichaam als opgehoopt hebben, en om daar over wel te oordeelen, moet men op derzelven verscheiden gesteldheid opmerkzaam letten. Zyn die onreinheden zoo vloeibaar, datze met gemak door de huid kunnen gaan, dan is deze uitdamping tot derzelver uitdryving genoeg toereikende, ten ware men 'er late by was, en 'er reeds eene verrotting in de sappen was voorgevallen. Zyn de onzuiverheden van eene dikke natuur, zoo dat ze niet door de zweetgaten kunnen dringen, dan ontstaat 'er jeukte, uitslag, ruidigheid; in dit geval komen verdunnende, verkoelende en verfrisfende Dranken te passe, om de onreinheden vloeijende te maken. Als'er uitslag te voorschyn komt, doet de uitdamping somwylen grooten dienst. Men moet zich dan ook hier bedienen van zuure dingen, die de verrotting tegenstaan, en van verkoelende, tegen de

ver-

verhittinge des bloeds, op dat 'er geen nieuw vergift zich in het zelve opdoe. De volgende *Diætetische* Voorschriften mogen boven dien ook zeer gepast gerekend worden voor den toestand der *Predikanten* in 't gemeen. In de eerste plaatse is het zeer nuttig des morgens een zacht zweeten, zonder voorafgegane middelen daar toe, af te wachten. Tot dat einde kunnen zy hunne Thee of Koffy in 't bed drinken; doch voor de verkoeling moeten zy zich zoo behoedzaam als voor de *Pest*, wachten. Daar na moeten zy'er op bedacht zyn, om eene goede natuurlyke uitdamping te onderhouden; waar toe zachte afvoerende middelen zeer bekwaam zyn; doch wy waarschuuwen hen om zich inzonderheid van al te sterke Purgeermidddelen te onthouden, naardien dezen de uitdamping verhinderen, en den toestand des Lyders verslimmeren zouden. Voornaamlyk moet men zorge dragen, dat 'er zich geene verstopping ergens vastzette, ten einde de hope op de genezing niet achter uitgezet worde. Insgelyks hoede men zich om de Maag en 't Gedarmte niet, met te veel te eeten en te drinken, te overladen, waar door men te meer voedzel aan de onzuiverheden verschaft, zoo dat zy zich dies te langer in 't Lichaam kunnen ophouden. Het gaat dezen dan gelyk den krygslieden, die in eene belegerde Stad opgesloten zyn, en tot de overgave niet willen verstaan, om dat hun langs bedekte wegen nog telkens toevoer van versch Volk, Proviand, en Oorlogs voorraad wordt aangebragt —— Volbloedige Lieden moeten eene andere Geneeswyze gebruiken, dewyl de uitdamping by hen, door de volbloedigheid, wordt verhinderd. Schoon wy nu geene Liefhebbers zyn van 't aderlaten, om dat wy het beter achten, dit edele en het gantsche Lichaam verle-

vendigende ſap te behouden, zoo lange mogelyk is; willen en moeten wy echter den volbloedigen Perſoonen, die zich daar aan mogten gewend hebben, zulks ook ten tyde van aanſtekende ziekten niet ontraden, op dat hun als dan eene dies te betere doorwaasſeming en uitdamping gebeuren moge. Doch men moet zich te gelyk ook naar andere omſtandigheden ſchikken, en het nimmer doen noch toelaten, dat het gedaan worde, als het lichaam verſtopt is; of als men den buik zuivert, of een braakmiddel genomen, of al te veel zuure en ſamentrekkende ſpyzen genooten heeft. Eindelyk is het zeer dienſtig, des avonds, een goed glas *Rhynſchen* Wyn te gebruiken, waar door, als men zich, kort daar na, te bedde begeeft, de uitdamping door de zweetgaten op eene zachte wyze bevorderd wordt. Dit aangename zuur wederſtaat te gelyk de verrotting, en maakt het vergift der onreinigheden krachteloos. Doch men moet in dezen ook al de maat houden, want te veel is ſchadelyk, en men zoude zich daar door ook aan groot gevaar kunnen blootſtellen. Wy hopen dan, dat de waarneming van de voorgeſchreven Regelen, de Predikanten, by beſmettelyke Ziekten, tot goede bewaarmiddelen verſtrekken, of de toevallen derzelven verzachten, of 'er hen gelukkig van bevryden zullen.

Tot hier toe heb ik alleenlyk bedoeld, 't een en ander te zeggen wegens deze behoedmiddelen in gevalle van beſmettelyke Ziekten in 't gemeen; doch het zal niet oneigen noch ongepaſt zyn, ſchoon wy hier onze Afdeeling eindigen konden, om 'er nog iets by te voegen, wegens de wyze van *Levens-regeling* voor de *Predikanten*, ten tyde als de *Peſt* ergens mogt woeden. Wy zouden het geduld van onze Lezeren te zeer vermoeijen, als wy hier eene

wyd

wydloopige befchryving van de *Peſt*, derzelver eigenfchappen, invloed en werkingen, wilden laten voorafgaan. Dus handelende zouden wy gelyk worden aan de Artzen, die, voor 't bedde hunner Lyderen, dezelven tot verveelens toe bezig houden met lang uitgerekte verhalen nopens den aart hunner Ziekten, welke voor 't overige niets ter herftelling tot voorige gezondheid helpen toebrengen, De Geneesmeefter mag wel, en moet zelfs alle de kenteekenen, oorzaken, en toevallen der Ziekte weten, en ingevolge deze zyne kundigheden, zyne Maatregelen nemen, hoe de Lyders te bezoeken. Maar daar over een uur lang voor 't bed van den kranken met veel ophefs te preken, geeft of een bewys van onverdraaglyke pronkzucht en trotsheid, of een blyk aan de hand van een onberedeneerd en onvoorzichtig gedrag. Zulke vertoogen behooren eer tot zyne Studeerkamer, of geven hem ftoffe, om een nuttig onderzoek deswegens te doen met en onder het raadplegen van zyne Amptsbroederen, welker inzichten en bevindingen hem dikwils zeer wel kunnen te ftade komen. Met zulke kwakzalveryen, door welken velen een naam zoeken te maken, willen wy ons niet ophouden. Wanneer de Peft in eene Stad of in 't Land regeert, zoo is zekerlyk eene regttydige en fchielyke vlugt het befte middel tegen de aanfteking. De Lands-wetten, de Liefde tot het Leven, en de onkwetsbaarheid van 't geweten, veroorlooven aan fommige *Predikanten*, even als aan anderen, de vlugt te nemen, en zich van de vryheid te bedienen, om zich te redden van 't verderf, tot dat Gods ftraffende hand die vreeslyke Land-plage heeft doen ophouden; en zy zyn pryzenswaerdig, die zich van dit middel, ter bewaring van hunne gezondheid, bedienen. — Maar dewyl hunne Schaapskooye niet geheel Herderloos

kan gelaten, noch, door dit wegwyken, van alle hulpe en troost naar de ziele versteken kan worden, zonder dat men zich aan verzuim van 't waare heil der Medemenschen schuldig maakt, zoo hebben *Christelyke* Overheden daar op gelet, dat zy eenigen van zulke Predikanten, op die voorwaarden beriepen, om, in gevalle van zoodanige deerlyke bezoeking, hun Leven in de bresse te stellen, en zich, als ware Zielsbezorgers, onder de zoo vreeslyk bezochte Lyderen, met alle kloekmoedigheid, onverschrokken te gedragen. Voor de zoodanigen nu, die dezen moeilyken en gevaarlyken pligt moeten waarnemen, kan en moet onze goede raad, en 't een en ander der volgende middelen wel te pasſe komen. Worden dezen geroepen, om zich by besmette Persoonen te vervoegen, zoo is het dienstig dat zy hunnen Mond en Neuze wel bewaren, ten einde niet zoo veel vergiftige Lucht in te trekken, als anders gebeuren zoude; want zonder eenige Luchts inademing zouden wy ook niet kunnen bestaan. Men moet den mond dikwils uitspoelen, en tegen de nadeelige dampen der Vertrekken moet men dezelven berooken met Azyn, die op Jeneverbesſen getrokken wordt of te koken gesteld is op een kool-vuur, ten einde zyne damp zich overal verspreiden mag. Zuure Geestige Wynen, Wyn-azyn, Bezoardische Azyn met Wyn vermengd, vogtig in den neus opgetrokken, wordt door myne Amptgenooten ook als zeer dienstig aangeprezen; die mede zeer verheffen, 't gene ik mede niet kan nalaten goed te keuren, dat men, zoo 'er eenige kwade stoffe mogt in de Maag gekomen zyn, aan dezelve, door diergelyke zuure, en door de zuure sappen van Vruchten, hare kracht beneme. In allen gevalle kan men dagelyks, ter behoeding, daar van iets gebruiken. Ook moet men zorg-

zorgvuldiglyk het ſpeekzel, het welk in den mond komt, uitſpuigen, en het nooit doorſlikken, op dat de Vochten in de Maag 'er niet door aangeſteken worden. De matigheid in ſpyze en drank, als ook, ten aanziene van heftige driften, en het vermyden van alles wat het Lichaam ontſtellen, ontroeren, en op eenigerlei wyze verzwakken kan, koomt den Peſt Predikeren zeer wel te ſtade. Tegen de onzuiverheden van het bloed en der ſappen, ſchryven wy de balſamieke middelen voor, welken echter matiglyk en met alle behoedzaamheid te gebruiken zyn. Daar toe behooren de *Aloe*, de *Myrrhæ*, *Maſtix* en *Saffraan*, en het *Aloës-hout*, welke of raauw ingenomen of gekaauwd worden, of by wyze van bittere aftrekzels gebezigd. De uitdamping en doorwaasſeming, welke men voor alle dingen moet trachten te bewaren, doet hier een onvergelykelyke dienſt. Ook is de *Gember*, het zy zuiver, of geconfyt, een zeer goed bewaar-middel. Goed Water, en Haverdrank, is, als men wel in 't lyf is, by uitnemendheid dienſtig. Maar, wanneer 'er Builen beginnen te komen, moet men 'er enkel Menſchen-drek, met Knoflook gemengd, opleggen.

Hier kan ik niet nalaten om den bekenden *Peſt-Azyn*, als een uitnemend Bewaarmiddel, aan te pryzen; welke, ſchoon van godlooze Deugnieten verzonnen en gebezigd, toch in dezen gevalle zyne deugd niet verliezen zal. Men noemt denzelven *Vinaigre de quatre Voleurs*, en dezelve is eerſt in *Frankryk* bereid geworden Kortelyk zal ik de Geſchiedenis en 't Gebruik van dezen wonderbaarlyken Azyn mededeelen. Dezelve draagt zyn Naam, om dat hy in de Peſt van een viertal *Roveren* is gebruikt geworden, als die, in de beſmette huizen ingebroken zynde, dezelven beroofd, en de Lyderen

om het leven gebragt hebben. Het merkwaardigste hier by was, dat zy zelve van deze besmettende kwaal bevryd bleven, en aldus hun verboden en verfoeilyk handwerk langen tyd, onverhinderd, konden voortzetten; zonder dat men wist, waar door zy zich dus gezond konden bewaren. Ten leste gevat zynde, wilde men dit geheim uit hunne halzen trekken, dan dit was niet te doen, voor dat men hun het Leven hadt toegezegd; waar na zy dan opgaven dat zy zulks eeniglyk te danken hadden, [behalven aan de toelating des Hemels en een matige levenswyze,] aan 'tgebruik van den volgenden *Medicinalen* Azyn. Neem *Wynruit*, *Salie*, *Kruis en Munt*, of *Menthe*, *Alsem*, en *Lavendel* van elks een hand vol, giet daar, na dat het gesneden is, twee maten goeden Wynëdik op; zet dit te samen in een aarden en weltoegedekten pot, vier dagen langen, op den heeten assche, te trekken, dan laat men den welgetrokken Azyn doorzygen, en doet denzelven in welgekurkte glazen fleschen. In iedere flessche, eene halve Maat houdende, doet men een vierde van een once *Camfer*, te vooren in een once Voorloop ontbonden. Als men dezen Azyn gebruikt, moet men het volgende in acht nemen. Men spoelt den Mond uit; wryft de slapen van 't Hoofd en de Lendenen sterk met den zelven, trekt 'er ook door de Neusgaten iets van op, inzonderheid als men in de Lucht gaat. Het is ook zeer goed, daar van een natgemaakte Spons in een doosje by zich te dragen, om 'er somwylen wat van op te snuiven; en 'er het aanzicht en de slapen mede te wryven. Dus kan dezelve tot een heilzaam behoedmiddel tegen de *Pest*, voor de gezonden verstrekken, als dezen zich op besmetlyke Plaatsen begeven, of met besmette Persoo-

nen

nen omgaan moeten; gelyk dezelve dan voor de Geestelyken, voor de Krankbezoekers, Geneesheeren en anderen, die vele Zieken- Gast- en Gevangen-huizen, en andere plaatsen van gelyke soorte bezoeken moeten.

Dewyl nu by de Pest de schrik en zorg en angst voor den Dood, den toestand van den Lyder zeer verzwaart en verergert, zoo heeft men zich ook met alle kloekmoedigheid daar tegen te verzetten. Als Geneesmiddelen zyn in dezen aan te pryzen de Kreefstoogen, de gezegelde Aarde, de Bloem van Zwavel, de *Myrrhe*, de *Armenische Bolus*, en 't Mineralisch Zweetmiddel (*) neffens het eenvoudig en yzerachtig *Zweetdryvend Spiesglas* (†) welke allen het bloed, door den schrik geronnen, weder ontbinden en vloeibaar maken. Men kan hier het beroemde *Bezoardische Pestpoeder*, en 't *Bezoardische* Zweet-drankje byvoegen. Tegen de smerte en ontsteking der Pestkolen of Karbonkelen kan men zich van Wolfsbessen of Sterren-kruid of van den bast der Alruinwortel, van de Bilsenkruid of Weegbree-bladen, en van de Bloemen van Zeeroozen of witte Lelien bedienen. En eischt de noodzaaklykheid het, dat men zich van Ettermakende en Genezende middelen bediene, zoo komen daar toe de wortelen van witte Pappelebladen, of de Bladen van Melooten of Beerenklaauw, en van de Beerenklaauw en Violen te pas, nevens *Basilicom*, *Digestief* en *Apostel-zalf*, de *Balsem* van *Peru*, en de *Balsem* van *Zwavel* met *Therpentyn-Olie* enz. Kortom; ik zoude myn geheel *Receptboek* dienen uit te schryven, als ik alle de heerlyke middelen wil

(*) *Bezoarticum Minerale.* (†) *Antimonium Diaphoreticum simplex et mertiale.*

wilde optellen, welken 't Menſchelyk Verſtand heeft uitgedacht om de Peſt te genezen. De hier nu genoemden hebbe ik ſlegts met dat oogmerk aangehaald, ten einde men my niet verdenken mogt, dat ik zulk een gewigtig Artykel gantſch en al ſtilzwygend zoude hebben willen voorby gaan. Inttuſſchen komt alles op een naauwkeurig onderzoek der omſtandigheden aan, en deze moet ook wyl ze zeer wiſſelbeurtig kan uitvallen, op onderſcheiden wyze, ingericht worden. De Predikanten inzonderheid hebben zich, als GOD zulke bezoekingen over 't Land laat komen, van alle noodelooze en onnuttige vreeze te ſpanen, dezelve en alle angſt uit hunne harten te verbannen, en dat te meer om dat hun ook nog Geneesheeren, als Medemakkers en Raadslieden, zyn toegevoegd, die voor hunnen welſtand moeten zorgen, en de verlooren Gezondheid trachten te herſtellen. Hierom hebben wy hier niets meer by te voegen, dan alleen den raad, om die treurige en gevreesde Geweſten te verlaten met bede om hunne genadige verloſſing, en dat de Vader der barmhartigheid zelve ons wille genadig zyn, en zulke geduchte Landplagen, welken onze vele Zonden wel verdienden, van ons af weere, en zyne ſtraffende Gerechtigheid omtrent ons inbinde!

ZES-

ZESDE AFDEELING.

Van de TOEBEREIDZELEN der LEERAREN, ten aanziene der *bewaring* van hunne *Gezondheid*, by en onder het bezoek der *Stervenden* of *Zieltoogenden*.

Thans opent zich voor onze Oogen nog een vreesſlyker en ſchriklyker Toneel, waar op de *Predikanten* dikwils verſchynen moeten, om de Menſchen aan te moedigen ten ſtryde tegen den laatſten Vyand der Natuure, op dat ze mogen leeren zegepralen over de ſcherpe pylen van den onverbiddelyken Dood, ten einde zich dus, door de heerlykſte genademiddelen van onzen allerheiligſten Godsdienſt, tot hunne afreize naar de onbegrensde Eeuwigheid, en tot eenen zegeryken intogt in de Paleizen en Geweſten der eindelooze Eere en Zaligheid yverig toe te te bereiden. Want ook by dezen Liefdedienſt, dien zy aan hunne ſtervende Broederen, werkelyk bewyzen kunnen en willen, wordt hunne dierbare Gezondheid niet zelden verzwakt Wy moeten daarom ook in dit geval onze Kunſt hun aanbieden, om het nadeel, welk hunne Gezondheid lydt, weder goed te maken Het zal dies noodig zyn, de verſcheiden Gevallen te doen kennen, hoe en waar in zy al hinder aan de Gezondheid kunnen lyden, waar by wy te gelyk onze gedachten moeten veſtigen, op de verſcheiden wyzen van ſterven by de Menſchen, om dus wel te bepalen, hoe zy zich by Luiden, die hunnen natuurlyken, en hoe by anderen, die een geweldigen dood ondergaan moeten, te gedragen hebben, vooral om 'er hunne eigene Ge-

Gezondheid niet te zeer by in de waagſchaal te ſtellen.

Gemeenlyk wordt dan eerſt de Geeſtelyke by de ſtervenden geroepen, als de hope des Levens bykans geheel en alverlooren, en de Ziel nu gereed ſtaat om terſtond, of binnen een zeer korten tyd, naar allen aanzien, het Lichaam te verlaten. Als men nu den Predikant haalt, loopt het verzoek doorgaans hier op uit: " dat hy zoo goed wil zyn, " om zonder verzuim toch by den Zieken te ko" men, dewyl deze al te zieltoogenligt, en 'er, naar " alle waarſchynlykheid niet lange meer wezen zal"*. De Leeraar, zyn Gewiſſe willende kwyten, ten einde de hem toevertrouwde Zielen, naar vermogen, op hun Ziek- en Sterf-bedde, met deheilryke vertrooſtingen van het dierbare *Euangelie*, te verkwikken en op te beuren, verzuimt geen tyd altoos, en begeeft zich terſtond en in allen haaſte op den weg. Zyn Lichaam door deze buitengemeene beweging ontſteld, en hy als buiten adem geloopen hebbende, komt al hygende voor het Sterfbedde, alwaar hy zyn verhit bloed, en de ſappen, door de beweging ontroerd, ten eerſte tot bedaren en ſtilte moet brengen, welk niet anders dan eene aanmerklyke verandering in het bloed kan te wege brengen. Voeg hier nog de omſtandigheid by, dat hy, uit eene vrye opene en gezonde Kamer, zich ylings begeeft tot een geſloten, en met ongezonde Lucht vervuld Vertrek. Indien dan ook de toevallen hier uit te vreezen, of met 'er daad al ontſtaan, nog verdraaglyk zyn, zoo beſtaan zy in Hoofdpynen, en Verkoudingen of in eene Zinking op de Vliezen, welk door eene ſchielyk verwekte en plotzeling weder onderdrukte uitwaaſſeming ontſtaat. Het is natuurlyk dat, tot weder herſtelling

van

van den voorigen toeſtand, de wederherſtelling der belemmerde doorwaaſſeming onvermydelyk noodzaaklyk zy. Uit dezen grond verlangen, en hopen en verzoeken wy, als Gezondheids-Raden der *Predikanten*, en uit hoofde van ons ampt en pligt, dat zy, na 'tvolbrengen van hunne Viſiten by zulke Kranken, zich aan het maken van beweging en oefening voor een poos toegeven, ten einde weder eene zagte Zweeting veroorzaakt worde, welk het bekwaamſt is, om den voorgaanden Misſlag te verbeteren. Maar het koſt ook niet veel moeite, dit kwaad nog op eene andere wyze voor te komen; als namelyk de *Predikant*, door het ſchielyk aantrekken van zyn gewaad, en door het gaan, verhit, zynen tred wat langzamer neeme, op dat de ſterk bewogen Levensgeeſten, allengs weder hunne voorgaande bedaardheid verkrygen mogen. [Of hy kan vooral hier te Lande, om die ſterke beweging te ontgaan, zich door een Koets of Slede, welken meeſt overal genoeg voor handen zyn, zich derwaarts laten ryden of ſlepen.] 'tEerſtgemelde middel om allengs wat te bedaren, is op de Natuur zelve gegrond: wy zien immers dagelykſch dat de vliegende Dieren, als zy de aarde als hun Ruſt-punct, naderen, zulks altoos gemaklyker en eindelyk op de zachtſte wyze, en niet in de volle vlugt geſchiede. Hoe gelukkig zouden wy zyn, als wy hen altoos, in en by onze dierlyke verrichtingen, tot onze Leermeeſters verkoozen!

Gelyk nu het gezicht en het voorkomen van eenen ſtervenden een zeer leerzaam Tafereel voor den onſterflyken Geeſt afſchetſt, welk ons de nietigheid van 't leven en van al het aardſche, de verganglykheid onzer natuur, onze eige onmagt, en zwakheid voor oogen ſtelt, zoo kan dit echter voor het Lighaam van zeer gevaarlyke en nadeelige gevolgen wezen,

voor-

voor al by de genen, die eene bedorven verbeelding, en eene overhelling tot zwartgalligheid en naargeestige stuurschheid hebben, welk gemeenlyk by de Geleerden wordt aangetroffen. Wy zeggen dit niet hierom, als of men deswegens alle stichtelyke Bedenkingen over den Dood achter wege te laten hadt; maar voornaamlyk, op dat men zyne treurigheid binnen de juiste grenzen beperke en zich tot eene Christelyke gelatenheid en bedaardheid gewenne. Maar, om weder tot het stuk te komen, waar van wy afgeweken zyn, zoo moet men toestaan, dat de vele gevallen, die de *Predikanten* dikwils bywoonen, zeer wel in staat zyn, om hun tot meedoogen genegen harte met eene diepe treurigheid te overstelpen; welker werkingen juist gelyk zyn aan die van een langzaam Vergift, welk de krachten van het Lichaam allengs uitteert, en eindelyk geheel vernielt. Blyft zulk eene droefheid lange aanhouden, en wordt dezelve door nieuwe daar by komende oorzaken nog daar en boven meer en meer ondersteund, zoo begint het hart hoe langer hoe trager te kloppen, ook neemt de traagheid van het Bloed en het Lichaam allengs toe, de sappen zwellen op, en geraken in hunne buizen aan het stremmen, tot datze zich ten leste den vryen loop benemen. Eene gantsche uitteering dreigt eindelyk onze brooze leemen hutte, met en neffens andere treurige gevolgen, ten eenenmale overhoop te stooten. Laten de Leeraars deze naare en treurige Gewaarwordingen veld winnen in hunne Zielen, zoo moeten zy ook, dewyl ze Menschen zyn als alle anderen, alle deze en meer andere ongemakken, van tyd tot tyd, in zich zelven bezuuren. Daar zyn zedekundige regelen, gronden en redenen genoeg voorhanden,

van

van welken zy zich, als verſtandige en voorzichtige Chriſtenen, en als wyze Zedepredikers van anderen, boven anderen, een ryken voorraad verſchaffen, en 'er zich naar gedragen kunnen; want ook dezen zyn in ſtaat, om de overmate der verregaande droefheid te bedwingen. De enkele gedachte, dat GOD daar by wyze, heilige en regtvaardige inzichten hebben kan, en zekerlyk hebbe, is alleen bekwaam, om de gezonde Ziele te trooſten. Uitwendiglyk geeft het vermyden van de eenzaamheid, de eene en andere uitſpanning en verluſtiging, of het bywoonen van een geoorloofd en nuttig Gezelſchap, een heerlyk hulpmiddel ter genezing in dit geval op. Maar, indien 'er eenige Lichaams-omſtandigheden by komen, die het voor de *Predikanten*, ondoenlyk maken, dat zy de treurigheid verzetten, of dat zy zich met geweld aan dezelve, als iets vermaaklyks voor hun, willen overgeven, zoo is het de pligt van hunne bloedverwanten, hen met ernſt van deze naargeeſtige denkbeelden af te trekken, en voor zoo verre het gebrek in hun bloed gelegen mogt zyn, zoo heeft men hun het gebruik van olieachtige vlugge Zouten, van zagte openende, en losmakende middelen, van Aardbezien-bladen, Eeren-prys, en andere bloedverdeelende dingen aan te pryzen.

Als eene getrouwe Medgezellin der treurigheid doet de *vrees* zich hier ook in 't verſchiet, en zelfs van digte by, op. Het is zeer natuurlyk voor de Menſchen, als zy dikwerf het beeld van de bleeke Dood voor oogen zien, dat hun dan ook een ſchichtige ſchrik, en eene bange vreeze overkome. Zulke kloeke, wyze, en zoo groote en verheven Geeſten, welken de Oudheid weet op te geven, als voorbeelden van onverſchrokken Zielen, die den Dood met kloekmoedigheid, en zelfs als met blydſchap,

on-

onder de oogen konden zien, zonder in 't minste 'er voor te yzen, of te beven, behooren onder die zeldzame Verschynzelen, welken men niet in ieder tydperk, noch overal, kan aantreffen. Zoo lange, als wy den Dood aanzien voor een kwaad der Natuur, zoo lange zyn wy ook nog niet van de schadelyke aandoening der vreeze en verschrikking ontheven; en dezelve is ook, in der daad, in zeker opzigt, voor een groot en verschriklyk kwaad te houden. En voor al hebben zulke Leeraars, die van eene zwakke Lichaams-gestelteniße zyn, en eene al te levendige en gevoelige gewaarwording bezitten, uit hoofde van hun teder Zenuwgestel, welk door 't aanhoudend Letterblokken nog vermeerderd is, een al te klaar en te diep gevoel van hunneeigene zwakheden; en dies voelen zy zich zelven te sterk, als zy zien, hoe hunne geestelyke kinderen, door den dood, weggerukt worden, tellende zy, om zoo te spreken de uuren af, in welken hun de doodelyke slag staat toegebragt te worden. Zulke vreeslyke en schrikbarende Voorstellingen, die altoos by hen vernieuwd worden, brengen aan hun zwak Lichaam nog al meer ongemaks en nadeels toe, en ontroeren en ontstellen de Levensgeesten op eene verregaande wyze. Deze vrees is niet alleen in staat om tot velerlei bezwaarnissen, welken uit de onderdrukte of belemmerde doorwaasseming ontstaan, den weg te banen, maar zy kan ook, als ze ons treft, in eene by toeval ontstane Ziekte, een krachtig beletzel zyn ter genezing. Wy zouden ondertusschen eene onmooglyke zaak eischen, als wy de Geestelyken wilden vergen of van hun verwachten, dat zy, zoo weinig als doenlyk is, de vrees voor den Dood in zich zelven zouden opwekken of gaande maken, dewyl zy de gelegenheden daar toe onmooglyk kunnen

nen ontgaan. Maar wy zien toch niets onbillyks daar in, dat wy vriendelyk hen verzoeken hun best te doen om op hunne Natuur te werken, en dezelve trachten te overmeesteren, in zoo verre, dat zy zich zelven, door de dierbare Waarheden van den Godsdienst, tot waare standvastigheid en Christelyke grootmoedigheid zoeken op te wekken, om daar in hunnen Broederen tot Voorbeelden te mogen strekken. Want deze Godlyke deugd zal hen beschermen tegen alle nuttelooze vreeze, en dus vele Ziekten voorkomen, die door derzelver invloed in hun konden ontstaan. Niemand echter verbeelde zich, als of alle Geestelyken, by het bezoek der Stervenden, door eene diergelyke vreeze gekweld en ontroerd zouden worden. Ons oordeel in dezen geldt alleenlyk in zoo verre, voor zoo veel deze of gene persoon, uit hoofde van zyn Temperament, eene sterke neiging tot vreeze hebbe, en zulk een heeft voornaamlyk op de verbetering van zyne geaartheid of Lichaams-gesteltenissen te werken; dies zullen zy, voor wien deze waarschuuwing niet dienen mogt, het my wel ten goede houden, daar van iets gezegd te hebben.

Hoe verder men zich ook in het wyd uitgebreide Ryk der Driften en Aandoeningen met zyne Gedachten inlaat, en hoe meer wy de omstandigheden gade slaan en vergelyken, door welken de *Predikanten* by het sterfbedde van de Leden hunner Kerke, tot deze of gene onaangename Gemoedsaandoening kunnen vervoerd worden, dies te grooter gevaar is 'er om voor hune Gezondheid te vreezen. Duizende onvermoedde en onvoorziene toevallen, brengen niet zelden de Leeraars en alle de Omstanderen tot een onvermydelyken en heftigen schrik. Somwylen sterft de Lyder onverhoeds, als onder hunne handen, want terwyl zy met groote oplettend-

heid en yver bezig zyn, om met en voor hem te bidden, wordt hy wel eens door geweldige en yſſelyke trekkingen en felle Lichaamsbewegingen, van lid tot lid geſcheurd, en door een harden dood uit dit Leven weggerukt. Hier kan de ſchrik des Leeraars gevoelige Ziele op eenmaal overweldigen, en vele zeer onaangenaame uitwerkingen voortbrengen; en daarom is het niet onbillyk van de Wysgeeren aangemerkt, dat de ſchrik eene *Aardbeving in de kleine Waereld* mag geheeten worden: want de Verwoeſtingen, die het natuurlyk ſchudden en beven der Aarde, op onze bewoonde Waereld aanrecht, zyn ten vollen gelyk, aan die genen, welken de ſchrik in ons Lichaam veroorzaakt De Zweetgaten worden toegetrokken, het bloed keert met alle geweld naar binnen, en daar ontſtaat eene benaauwde kwelling en toeknyping van de Borſt, eene pynlyke en bezwaarlyke hartklopping, (welke WEDELIUS in zyn meermaals herhaalde Verhandeling §. 30. voor eene Ziekte houdt, welken den *Leeraren* in 't byzonder eigen is;) en eindelyk komt hier dan nog eene algemeene trilling ontroernis en beving van alle de Ledematen by; en naar mate deze ſchrik min of meer groot, en geweldig is, zoo zyn ook de gevolgen daar van min of meer ſmertelyk en vreeſlyk. Beroerten, verlammingen, en een ſchielyke Dood zyn 'er menigmalen de treurige gevolgen van geweeſt. Men kan zelfs Voorbeelden bybrengen, dat door een ſchielyk en zeer hevig ſchrikken, 't zy door een onverwachten inval van een Vyandelyk Leger in het Land, of door andere toevalligheden ontſtaan, eene algemeene Ziekte zich over een Stad of Land hebbe uitgebreid en zeer velen daar door zyn weggeſleept. De ſchrik is ook de eenigſte Drift, welke wy het minſte in onze magt heb-

hebben, om ze voor te komen, of te bedwingen, en hierom moet men 'er des te meer tegen op zyne hoede zyn. Door zich voor te ſtellen dat iets diergelyks by of omtrent den Stervenden ligtelyk kan plaats hebben, kunnen de *Predikanten* zich daar tegen een weinig leeren wapenen; en volgt 'er al dat gene niet, welk men vermoed of gevreesd hadt, zoo doet deze voorzichtigheid toch geen kwaad, altoos; gebeurt het in tegendeel, dat men, ondanks die genomen voorzorge, door een plotzelyken ſchrik verraſt worde, dan moet men trachten, door heilzame middelen, de voorige ruſte in het bloed, en den bezadigden toeſtand zyner Ziele weder te herſtellen. Dit einde kan het gemaklykſt door de volgende middelen bereikt worden. Men neeme dan namelyk eene halve drachme van het *Markgraven-Poeder* (*Pulvis Marchionus*) met één drachme *Levens*-of *Beroerte-Balſem*, (*Balſamus Vitæ vel Apoplecticus*) gemengd in wat Lindenbloeſem- en Meliſſe-Water; waar by gevoegd mag worden tien droppelen Geeſt van hartshoorn, met barnſteen (*Spir. C. C. Succianat.*) en wat Pæonie-ſyroop. Van dit Drankje, of van eenige droppelen *Spir. Salis Ammonian Vinoſ.* heeft men in zulke en diergelyke gevallen, dikwerf de gewenſchte uitwerkingen gezien, en deze en diergelyke middelen toonen ook hunne kracht in dier voegen, dat ze de ontſtane wanorders in het Lichaam ſchielyk herſtellen, en de aangedane Lyderen, voor alle onaangename gevolgen, in het toekomende, beveiligen.

De Geeſtelyke wordt dikwils, indien hy, met alle trouwe en zorgvuldigheid, als een regtſchapen huishouder en bedeeler van de meenigerlei Genade-gaven Gods, het ampt der verzoening by de ſtervenden bekleeden wil, aan vele onruſtige en zeer

moeilyke Driſten blootgeſteld; die den ſtaat van zyne Gezondheid geweldiglyk veranderen. Veelvuldig Verdriet, en eene hevige Ergernis verdryven meenigmalen de helderheid en bedaardheid zynes Gemoeds, welken by het voeren van zyn zoo bezwaarlyk Ampt ten hoogſten noodig zyn. De Bloedverwanten van den Zieltoogenden Lyder, of zy die zich om en by het Krankbed van den ſtervenden bevinden, bewaren niet zelden een diep en ſtrafbaar ſtilzwygen, nopens den Zielſtaat van den ſtervenden, die hun veel beter dikwils bekend is, dan aan den Leeraar; 't zy uit eene al te groote Voorzichtigheid, of uit eene dwaze verbeelding, als of daar niet veel verbeurd ware, dewyl GOD toch barmhartig en genadig is. Dewyl nu het ſterfbed de plaats is, alwaar de Menſchen het dekkleed of momaanzicht afgerukt wordt, achter 't welke zy, hun gantſche Leven, miſſchien of eene onnatunrlyke vertooning gemaakt, en een valſch harte omgedragen hebben, zoo kan het niet miſſen, of de Predikant moet ſomwylen in den perſoon des genen, dien men voor deugzaam gehouden heeft, den ſtrafbaarſten Huichelaar en verſoeilykſten Godloozen beſchouwen. Dan kan 't weder niet anders zyn, of de yver voor Gods Eere, en voor de H. Godsdienſt en de Leere, welke hy verkondigt, moet zyn harte doen ontbranden. Daar en boven zyn 'er nog toevallige oorzaken, die in ſtaat zyn, deze drift te vermeerderen, te meer als hy by de zulken eerſt geroepen wordt, wanneer de pynen by den Lyder de overhand nemen, deszelfs krachten verflaauwd zyn, het verſtand van denzelven nu bedwelmd geworden is, zoo dat 'er maar weinige of gene hope overig blyft, dat zyn Ampt zal gezegend zyn. Ondertuſſchen vermeerdert zyne onruſt, vrees, en kwelling, en droefheid, door de ontdekking die de

de ſtervende doet van zyne hem nu folterende en pynigende Zonden: en de ondereenmenging en ſtryd der tegen elkander ſtrydende driften en gemoedsbewegingen, verwekken dan voor den Leeraar het grootſte verdriet. Somwylen moet hy den Verachteren der Genade-middelen, den Vrygeeſten, en openbare Booswigten nog in hunne laatſte uuren byſtaan, dewyl of zy zelven, of hunne Vrienden hem laten verzoeken, dat hy toch komen en hun een Woord van trooſt en vermaning toeſpreken wille. In plaatſe nu van in de zulken een boetvaardig harte aan te treffen, ontmoet hy 'er, meermalen, de grootſte onboetvaardigheid in; en hy moet veeltyds hooren en verdragen dat zyne H. Bediening en hy zelve, door onheilige Lippen geſchonden en gelaſterd worde. Welke onaangename bewegingen moeten daar uit dan in zyn harte ontſtaan? Wie zoude alle de enkele en byzondere gevallen kunnen optellen, in welken de *Predikanten* by het bezoek der Zieltoogenden, door zware ergerniſſen aangetaſt en overweldigd worden, zulk een werk zoude beter voor eenen Geſchiedſchryver, dan voor eenen Arts paſſen. Daar van willen wy liever nog ſlegts aanwyzen, wat de Gezondheid der *Leeraren* door zulke en diergelyke ergerniſſen al te lyden heeft. Die zich ergert en moeilyk maakt of vertoornt, heeft geduuriglyk met de uitgeſtorte Galle te doen, welke de Maag en 't Gedarmte bezwaart, of wel geheel en al aanſteekt, en zich aan de Zenuwen vaſtzet, waar door dan een geduurige beving en 't ziddering der Leden ontſtaat, en de zeldzaamſte en wonderlykſte bewegingen in 't Lichaam veroorzaakt worden. Men kan zich ligtelyk verbeelden, dat hier door ook eene boven-natuurlyke ſpanning en rekking der Vezelen moet verwekt worden, waar door eene groote zwakheid in dezelven

ontstaat; Het bloed teffens wordt door den herhaalden snellen omloop, van zyne waterige deelen, en te gelyk dus van zyne dunheid en vloeibaarheid beroofd, waar door het dan dik, scherp, en onzuiver moet worden, en de kleine Vaten moeten het dan met geweld voortstuuwen. Hier door ontstaan in de ligt geraakte en zich veel ergerende Lieden de pynlykste ziekten, en de smertelykste jicht en zinking kwalen, die de binnenste deelen des Lichaams aandoen, of ook wel langduurige kwyningen en uitteeringen. Jonge Predikanten, die somwylen in deze veel te verre gaan, worden hier door wel eens tot vroegtydige slachtoffers van den Dood gemaakt. Daar is geen heilzamer raad voor dezen te geven, dan dat zy even als geoefende Schoolmeesters, die het zich door de gewoonte eigen gemaakt hebben, om ongevoelig de ongetoomde jeugd te tuchtigen, zich zoo onverschillig en hardvochtig gedragen, als eenigszins mogelyk is. Ik wil hen hier mede niet aanzetten, om eene strafbare onverschilligheid in zaken van den Godsdienst te betoonen, welke aan hun dies te scherper zoude te huis gezocht worden, dewyl zy de schandelykheid daar van by uitstek wel kennen. Doch om zulke vrymoedigheid te verkrygen, behoort eenen geruimen tyd en eene vlytige oefening; maar, als men het eens zoo verre gebragt heeft, dan kan men verzekerd zyn, dat men, zoo men teffens een goeden Levensregel volgt, een zekeren grond gelegd hebbe tot een lang en gezond leven. Ondertusschen willen wy nog eenige middelen aanpryzen, welken, met een gelukkig gevolg, tegen de heftige ontroering en geestkwelling kunnen gebruikt worden. Warme Dranken als *Thee* en *Koffy* zyn in dit geval niet dienstig, naardien zy den snellen omloop van het verhitte bloed maar ver-

meer-

meerderen, en het kwaad nog erger maken, te meer als de Galle in 't bloed getreden is. Al te koude Dranken veroorzaken eene ontſteking in de Maag. Door het eeten van eenige ſchyfjes *Citroenen* brengt men het ontroerde bloed beſt wederom in ſtilſtand en order. Bereide *Kreeftsoogen*, met *Citroenſap* en *Wynazyn*, meermalen bevochtigd en weder opgedroogd, doen ook goede dienſten. Gezuiverde *Salpeter*, en een *Afkookzel* van *Scorſoneren* en *Hertshoorn*, gemengd met eenige droppels zoeten Geeſt van *Salpeter*, zyn ook voortreflyke middelen om de ontſteltenis in het bloed te doen bedaren. In 't algemeen is de onthouding van eeten en drinken, al werdt men door een grooten Eetluſt en onleſchbaren Dorſt gekweld, by uitſtekendheid aan te pryzen, tot dat de ontroering geheel bedaard is. Ten einde ook de gelegenheid te ontvlieden, om deze onruſtige aandoeningen, of te blyven behouden, of aan dezelven een nieuw voedzel te verſchaffen, zoo moet men de eenzaamheid vlieden, en eenige verſtrooijing van gedachten en verluſtiging zoeken, of zich by 't een en ander goed gezelſchap vervoegen, om dus de treurige en nadeelige aandoeningen voor een gemeenzame en aangename Verkeering te doen wyken.

Alle de zulken nu, die dikwils het Krankbedde der ſtervenden bygewoond, en vele, zelfs ook gevaarlyke en beſmetlyke, Zieken bezocht en bygeſtaan hebben, zullen het my gereedelyk toegeven, dat een geduurig verblyf in deze aangeſteken Vertrekken, wegens de vele *vervalſchte Lucht* in dezelven, tot meenigerlei Ziekten gelegenheid en oorzaak geven kunnen. By ſommige Ziekten begint het Lichaam reeds, terwyl men nog leeft, te verrotten, of geeft zulk een ondraaglyken ſtank, dat 'er de nabyzynde

dood genoeg uit kan voorfpeld worden, en deze en diergelyke Krankheden maken het bezoek van zoodanige Lyderen zeer bezwaarlyk en laftig, zo wel als hagchelyk. Kankerachtige ongemakken, Etterbuilen, Verzweeringen, Kinderpokjes, en andere kwalen veroorzaken aan de *Leeraren*, die hun bezoek by de zoodanigen afleggen, zulk een flegte reuk, dat ze 'er haaft onder bezwyken moeten. Het kwalyk riekende Doodzweet, welk den Zieltogenden uitbreekt, en andere onvermydelyke Ontlaftingen, waar mede het uiteinde vergezeld gaat, zyn mede bezwaarniffen, die naauwlyks te ontgaan zyn, en waar tegen niets anders kan aangewend worden, dan 't gene wy, hier te vooren, in de voorgaande Afdeeling aangeraden hebben, in gevalle van aanftekende en gevaarlyke Ziekten.

[Eer wy nu van deze ftoffe affcheiden, kunnen wy niet afzyn om ook den *Predikanten*, in zulke en alle andere gevallen, indien zy by Zieken mogten geroepen worden, die reeds buiten zinnen zyn, of in zulk eene benaauwdheid liggen, dat ze geen aandacht altoos ergens meer op fchynen te kunnen veftigen,) wel ernftig aan te raden, om hun bezoek zoo kort te maken, als eenigzins doenlyk is; zonder echter de onkundigen, die zulk een bezoek, als veel vermogende mogten aanmerken, om de Ziel van den ftervenden ten hemel op te voeren of over te brengen, in dien waan te laten; maar hen te doen begrypen dat het als dan de gepafte tyd niet meer voor den Lyder zy, om met ernft en vrucht op zyn uiterfte te denken, en zich tot den overgang naar de eeuwigheid voort te bereiden. —— Hier mede keure ik echter geenszins af het onderling ftichtelyk famenfpreken en onderzoeken naar den Zie-

len

len ſtaat, welk den Predikant voor al betaamt, omtrent zulken die hunne reden magtig zyn, en zich tot aandachtige overwegingen kunnen overgeven; ik achte dit veel eer eene pryſſelyke zaak, die niet alleen op ieder Ziekbedde, maar wel dagelyks, behoorde te geſchieden en dat geen Predikant, daar toe verzocht, het zy by aanzienlyken of geringen, zich hier in aan zynen pligt mag onttrekken, maar dien met allen yver en ernſt waarnemen, in alle getrouwheid, handelende met deze Zieken, zoo als hy naar de geſteldheid van derzelver gemoed zal noodig oordelen. Ook behoort de *Leeraar*, zoo ten aanzien van zyn eigen Lichaam en Geeſt, als voor al met opzicht tot die van den Lyder, verder alle vereiſchte beſcheidenheid te gebruiken, om door geen al te langduurig geſprek, denzelven niet af te martelen, maar op de Lichaams krachten van den Zieken acht te geven, en dien, boven vermogen, niets te vergen, wil hy hier in voorzichtiglyk te werk gaan, zoo kan hy eerſt het gevoelen van den Lyf-Arts innemen, om niet de Lichaams kwale van den *Lyder* te verergeren.

Tegen deze noodzaaklyke voorzichtigheid en beſcheidenheid wordt ſomtyds door deze of geene Geeſtelyken gezondigd; gelyk, uit het volgende geval, blykt. De Vrouw van zekeren Heer werdt onlangs van een hevige *Pleuris* aangetaſt, maar door de zorge en ſchrandere oplettendheid van haren voorzichtigen Geneesmeeſter, onder Gods Zegen, in zoo verre daar van herſteld, dat dees verzekerde, het gevaar, indien 'er geene toevallen meer by kwamen te boven te zyn; zoo dat de Vrouw, zyns oordeels, van hare ziekte haaſt zoude verloſt zyn, indien zy maar de noodige ruſt tot herſtelling harer voorige krachten ge-

nieten mogt. Dit zegt hy aan haar en haren Man, in 't by zyn zelfs van den Domine, dien hy by zyne komst, voor het bed van de Zieke vondt zitten. Eer hy heenen gaat, herhaalt hy 't zelve met nadruk, in hope dat de Predikant, zulks wel opmerkende, zyn bezoek voor dit maal spoedig afbreken, en de zieke niet door langwylige Gesprekken afmatten mogt. Doch tevergeefs. De *Doctor* vertrekt, met voornemen, om den volgenden dag zyne Lyderesse weder te bezoeken, vertrouwende haar als dan in een veel beter staat te vinden. Maar de gemelde Leeraar, ondanks de gedane betuiging van den verstandigen en bescheiden *Medicus*, by de zieke gebleven zynde, hadt haar, nog wel twee uuren lang, met vele Gesprekken, opgehouden; waar na hy zyn afscheid nam; de Gemoedsbewegingen der Zieke hier door gaande geworden, verhinderden haar eerst de noodzaaklyke rust; daar na geraakt het bloed gaande, en de Vrouw vervalt in eene heftige koortse, verzeld met ylhoofdigheid. Op den volgenden dag hervat de *Doctor* zyne gewoone Visite, en vindt tot zyne verwondering de Vrouw in eenen zeer beklaaglyken toestand. Hy vraagt aan de Man wat 'er sedert zyn vertrek geschied is, en verneemt uit deszelfs antwoord het gedrag van den Leeraar, en dat in een tyd dat de Patiente de rust zoo noodig hadt. Nu deedt zyne kundigheid hem dra vreezen voor het leeven van de Vrouw. Niet te min stelde hy alles in 't werk, wat zyne kunst hem opgaf, tot herstelling der Lyderesse; maar alle zyne moeite viel vruchteloos uit, want, schoon de Koorts afnam, zoo bleef haar toch de droevige Ylhoofdigheid by, en nam derwyze de overhand, dat de afgepynigde Zieke, in weêrwil van alle aangewende middelen, binnen weinige dagen na dit voorval, overleedt.

Tegen zulke uiterften dan, moet een verftandig Leeraar op zyn hoede zyn, en zulk een verkeerd gedrag myden.]

Na dien buiten tred, moet ik hier nog een woord byvoegen wegens 't gene den *Predikant* te doen ftaat by zulke *Patienten*, die, uit hoofde van gepleegde misdaden, eenen geweldigen dood moeten ondergaan. Hier toch heeft de Geeftelyke een moeilyken poft waar te nemen, en zich van de bezwaarlykfte pligten te kwyten. De Levensbefchryvingen van fommige *Hof-Predikanten* behelzen, ten dezen aanziene, de gewigtigfte voorvallen en byzonderheden, welker doorlezing niet dan met fchrik en tziddering te ondernemen is. Andere bejaarde Leeraars in groote fteden weten hier van ook wel merkwaardige en verfchriklyke gebeurteniffen te verhalen, die aan jonge Leeraren een voorfmaak van die vreeslyke moeilykheden kunnen geven, welken het Herdersampt vergezellen. En deze moeilykheden vallen, by het voorbereiden der Misdadigen tot eenen geweldigen dood, naar mate, dat dezelven zich hier in gedragen, ook dies te ligter, of te zwaarder. De te vooren befchreven heftige gemoedsaandoeningen, en fterke driften, werken dan, naar de gefteldheid van elks omftandigheid, of fterker of zwakker op hunne Lichamen. Zyn en blyven de Misdadigen, tot aan het einde van hun leven, onbekeerlyke booswichten, die alle de genademiddelen met verfmading van zich afweeren, het heilige met voeten trappen, de eerwaardige bediening hoonen, GOD en JESUS zelven lafteren, en de Leeraars, die hen vriendelyk aanfpreken, befchimpen en befpotten, zoo kan men ligtelyk nagaan, dat zulks niets anders dan inwendige bekommernis, diepe droefheid, vreeze, fchrik, ontroering en erger-

gernis in 't harte der Predikanten verwekken moet; en hen dermaten naar den Geest ontstellen, en naar het Lichaam aantasten kan, dat ze als onder den last bezwyken: want wie kan zonder aandoening in 't openbaar, zynen GOD en Godsdienst, en zyn Ampt en Persoon, voor 't oog en oor van duizenden, zien en hooren, ten toone stellen, en bits versmaden. Immers zyn zulke dingen bekwaam, om de best gevestigde gezondheid te doen wankelen, en iemands levensdraad ontydig af te korten. 't Is waar, de gedachte, dat men als een rechtschapen Vereerder van zynen Heiland, en als zyn getrouwe Heilbode, en Heraut, verpligt is met geduld te lyden, dat men om zynent wille gesmaad en gehoond worde, kan de kwelling wel verminderen, die hier uit ontstaan mogt, en de gevoeligheid verdryven, welke hier door anders te wege kan gebragt worden. Het bevel aan hun gegeven om standvastig en kloekmoedig alle leed en tegenheid te verduuren, en zich wel getroost en vrolyk daar onder te gedragen, als ook de bewustheid, dat zy verpligt zyn, om alle bedenkelyke moeite aan te wenden, ten einde de verdwaalden op den regten weg te brengen, bevredigt hen onder alle de ongemakken dezes Levens, en is het krachtigste Geneesmiddel tegen alle daar uit ontstane toevallen. Uit de *Apotheek* kan men hun in dit geval alle versterkende Artzenyen laten toereiken, naar mate van de gesteldheid der omstandigheden. Doch niet alle ter dood veroordeelden geven den Predikanten altyd zoo veel te doen, en al mogt dit nu en dan gebeuren, zoo moeten zy maar zorge dragen, dat ze door een ontydig Medelyden zich niet weekhartig laten worden, noch voor eenige overvallen van flaauwte te vreezen hebben. Daar is geen beter raad hier tegen

gen, dan dat zy telkens in zulken gevalle eens aan wat welriekende Balſemen, of geeſtryke vochten ruiken, waar toe zy of een Balſem-buſchje of een doosje met een ſponsje, in *Sal vol. Oleoſ.* of *Eau de Lavande* gedoopt, by zich dragen kunnen, ten einde voor zulke onverhoedſche Gevallen bevryd te blyven. De Natuur zal ook allengskens, als men dikwils zulke Treurtoneelen moet bywoonen tegen dezelven gehard leeren worden; en dus zal men van zelve zich tegen diergelyke ongemakken leeren wapenen.



ZEVENDE AFDEELING.

Van de noodige *Behoedzaamheid* der PREDIKANTEN, ten aanziene van hunne *Gezondheid*, by het vergezellen van *Lyken*.

Eene ingevoerde Gewoonte heeft het, op eenige plaatsen, tot eene Wet gemaakt, dat de Geestelyken zich by de Lykbegrafenis moeten laten vinden, en der afgestorvenen Lichamen, naar hunne gewoone ruststplaatse vergezellen. Dit gebruik doet ons de Geestelyken in driederlei oogpunt beschouwen; en hen eerst aanmerken als Persoonen, die gelyk als wy, en andere Menschen, mede achter 't Lyk moeten gaan, om dus een algemeen bewys van hunne liefde voor den Overledenen en deszelfs nagelaten Bloedverwanten aan den dag te leggen. Vervolgens moeten wy hen aanzien, als zulke Persoonen, die, op vele plaatsen ten minsten, hunne Geestelyke verrichting by het begraven hebben waar te nemen, en eene Lykpreek of korte Redevoering by die gelegenheid moeten uitspreken, en eenige Gezangen doen aanheffen, en mede helpen zingen. Voorts zal de bedenking vallen, hoe zy zich te gedragen hebben op de Lykmaaltyden, welken zy op eenige plaatsen mede gewoon of verpligt zyn by te woonen.

In het eerste opzicht, waar in de *Leeraars* zich in de noodzaaklykheid bevinden, om het begraven der Lyken by te woonen, verdienen zy zekerlyk in eeniger maate, ons medelyden, dewyl 'er vele omstandigheden zich vereenigen kunnen, en ook dik-

dikwerf ſamenloopen, welken hunne Gezondheid op velerlei wyzen kunnen benadeelen. Als 'er namelyk de tyd is, om met het Lyk naar 't Graf te ſpoeden, dan moet de Lykſtaatſie ook voortgaan, zonder dat men zich bekommert of het Weder koud of warm zy, en of het regene of ſneeuwe, als ook of de vroege morge of late avondlucht die velen nadeelig kan zyn, eenig hinder of beletzel aan zwakke geſtellen doen zal of niet: voeg hier nog by dat de begraafplaatſen of buiten de Stad, of aan 't uiteinde der Steden, dikwils te bekrompen zyn, of met te veel geboomte omzet, om door de vrye doorwaaijing van de Lucht, van vuile en nadeelige Dampen gezuiverd te kunnen worden; of wel dat men zelfs in de Kerken, die beſloten Gebouwen zyn, begraaft, gelyk overal nog meeſt in gebruik is, en waar over ſtraks nader: zoo dat de *Predikanten* of een ſterk en gezond Lichaam moeten hebben, of zich allengs door vlyt en oefening gehard moeten hebben, willen zy van deze en andere toevallen, die hier uit kunnen ontſtaan, beveiligd blyven.

Maar in de tweede plaats loopt de *Leraar* nog meer gevaar van zyne Gezondheid te benadeelen, als hy by de begraving van het Lyk, het zy in de Kerke, of op het Kerkhof, [gelyk onder de *Lutherſchen* in Duitsland, veelal de Mode is, eene *Lykpreek* doen, en de *Lykgezangen* opgeven en aanheffen moet: want men is dan gewoon het Lyk, eer het begraven of bygezet wordt, in de Kerke te dragen, en het voor den Predikſtoel te plaatſen, dikwils zelfs met ontblooting van het Kiſt-dekzel, en gemeenlyk terwyl het Graf, daar het geplaatſt zal worden, geopend blyft. Hier moet de *Predikant*, die geen meer aandoening van treurigheid be-

behoeft te ontleenen uit het gezicht van het Lyk, ongetwyfeld zich door den kwaden reuk en de uitwaaſſemingen van het Lyk voor zich of van het geopende Graf, niet weinig belemmerd en verhinderd, en aan geen gering gevaar blootgeſteld worden, om die beſmette Lucht in te ademen, en 'er door ontſteld en ziek te geraken. Iets in den mond te nemen, kan ik niet raden, dewyl dit zyne ſpraak maar belemmeren, en hem voor zyne Toehoorders onverſtaankaar maken zoude. 't Eenige dat hier in te doen valt, is, na 't afleggen van dezen noodeloozen pligt in zulk een onbevoegden toeſtand van zaken, eenige dingen te gebruiken, die het Speekzel doen voorkomen, of, door een pyp Tabak, zich van de ingezogen onreinheden zoeken te ontlasten.

[Doch van deze ſtoffe kunnen wy niet zoo ligt afſtappen, zonder ons te verzetten tegen het kwaad gebruik van de Lyken in de Kerken te begraven; welk men gewiſſelyk aan bedorven tyden, en aan de gierigheid van vuil gewin zoekende Geeſtelyken onder de *Roomſchen* heeft toe te ſchryven; als die, eeniglyk toeleggende om gretige handen in de Erfeniſſen der onnozelen te ſlaan, de ligtgeloovige domme meenigte gemaklyk in den waan gebragt hebben, dat de afgeſtorven Lichamen in de gewyde aarde van geheiligde Kerken beſt geveiligd waren tegen eene zalige verryzenis; terwyl ze aan die begraafplaatſen verſchillende trappen van heiligheid gaven, omze op verſchillende pryzen te kunnen ſtellen, en elk naar zyn vermogen te gerieven. —— Dit misbruik behoorde immers onder Lieden, die in een verlicht Land, eenen meer zuiveren Godsdienſt belyden, en wel weten dat 'er niet aangelegen ligt, of de Lichamen, na den dood, in de Kerk,

Kerk of elders de opſtandinge verwachten, niet geduld te worden. 't Is wonder dat men, by de *Reformatie*, den yver niet zoo verre heeft doorgedrongen, dat men ook deze onbetaamlyke gewoonte, met al de reſt der bygeloovigheid, niet ter Kerke uitgebannen, en de onſchendbaarheid der begraafplaatſen, aan die plaatſen zelven vaſtgemaakt hebbe, zonder de Kerk noodig te hebben. Nergens toch komt het begraven der Lyken minder te pas, als in de Kerken, tot de waarneming van den Godsdienſt alleen geſchikt: want, welk eene gemeenſchap hebben de dooden met de levenden? Wat verſcheelt het zulken, die nergens wezen of gevoel van hebben, waar ze blyven ruſten? Ziet men niet dagelyks, met welken vuilen ſtank het verrotte ſtof der Lyken onze Kerken vervult, welk den levenden niet alleen gebrek van aandacht, maar zelfs ook ſomwylen ziekte en ongemak veroorzaakt. Beter deedt men, op de wyze van de oude *Jooden* en *Romeinen*, dat men de dooden buiten de Stad op eene afgezonderde ruime open plaats begraven liete, zonder eenige uitzondering aan Grooten of Vermogenden te gunnen, om dus hunnen hoogeren rang nog lange zelfs na den dood te doen gelden, daar toch elks gebeente en ſtof elkander ten vollen gelyk is; en daar men mogelyk de onkoſten om de Kerken in rak en dak te houden, of uit de begraveniſſen zelven, of uit andere middelen, wel zoude weten te betalen: voeg hier by, dat dit buitenſporig misbruik, voor al in heete Zomerdagen, uitwaaſſemingen uit den grond kan doen opſtygen, die voor alle Kerkgangers, inzonderheid als men de Glazen digt houdt, zoo vervelende als gevaarlyk moet zyn. Eene waarheid, die op het krachtigſte bevestigd wordt door het oordeel van een der grootſte Geneesmeeſteren, welken *Frankryk* ooit heeft voortgebragt,

bragt, als die, ſchoon ieverig Roomſchgezind, by uiterſten wille hadt bevolen, dat men hem buiten de Stad begraven en op zyne Zark zetten zoude: *Hier ruſt N. N. die op dit zyn Landgoed buiten de Kerk wilde begraven zyn, op dat hy, die in zyn leven de Gezondheid der Menſchen beyverd heeft, na zyn dood dezelve geene ſchade toebrenge.* Waarom toch zoude men de kloekheid niet hebben, om ook in dezen eens, met ernſt, op eene Hervorming te denken, en zoo dezelve al niet in 't geheel bewerkt konde worden, dan ten minſte te bezorgen dat het Schip der Kerke bevryd bleve van Grafplaatſen, en die genen die nog op onderſcheid van rang na hun dood geſteld waren omtrent de Overledenen hunner Huisgezinnen, verpligt mogten worden, dezelven in de Kooren en Portalen, of in afgezonderde Kapellen, te doen begraven, en daar voor zeer aanzienlyke ſommen aan de Armen, en tot onderhoud van het Kerkgebouw zouden behooren te geven. Doch deze afſchaffing van zulk een in 't oogloopend misbruik aan de Wetgevende Magt bevelende, keeren wy tot onzen *Geeſtelyken* weder; om hem ſlechts met één Woord te zeggen hoe hy zich ten aanziene van de Levensregeling te gedragen heeft, als hy de eene of andere Lyk-Maaltyden moet bywoonen. Door eigene bevinding toch zal ieder *Predikant*, die zich aan de geſteldheid van zyne Natuur, zoo wel als om zyn Ampt, moet bekommeren, wel reeds weten, wat voor ſpyze en drank hem voor- of na-deelig zy, en van 't laatſte ſoort, geldt de ſpreuk, *raak nog roer dezelve niet aan!* De Eetluſt mag hem 'er toe aanprikkelen, of het ſterk noodigen hem zulks als inperſſen, hy toch moet toonen dat hy zyne driften weet te teugelen, en de regelen der zelfverloochening, als 't 'er op aankomt, zoo wel weet op

te

te volgen, als aan anderen voor te ſchryven en aan te pryzen. Wat wy hier vooren van den eenvoudigen koſt en de onthouding gezegd en aangewezen hebben, kan hy te dezer plaatſe of herlezen, of te paſſe brengen. Ook rade ik hem, dat hy, zoo 't met welvoeglykheid geſchieden kan, en men zyne redenen wil plaatſe geven, zich veel eer van zulke Gaſtmalen onthoude, dan, door ze by te woonen, zich in gevaar te ſtellen, om zyne onſchatbare Gezondheid te verliezen. Het is voor hem niet minder nadeelig, veel gebruik te maken van het ſoort van Deſert, of *Zuikergebak*, welk men met *Mallagaſchen* of *Spaanſchen Wyn* verzeld laat gaan, en aanbiedt wanneer men eene Begravenis in den Morgen- of- in den Avond-ſtond, of des Voordemiddags heeft bygewoond. Het Zuikergebak is eene te onverteerbaare ſpyze, en gaat te ligt tot zuur in de Maag over, waar toe dan ook de zoete en koppige *Wynen* bevorderlyk zyn, weshalven hier ook te raden is, dat men zulks voor ſterkere Magen overlate, die beter allerhanden koſt verduuwen en verteeren kunnen.

Hier mede konde ik nu van myne *Lezeren* gevoeglyk afſcheid nemen, indien 'er niet nog de eene en andere tegenwerping te beantwoorden ſtondt. De eerſte konde ligtelyk vallen op den Tytel van dit Werkje, en men mogt my wel eens willen vragen, of ik het daar voor houde, dat de Predikanten, ten aanziene van de omſtandigheden hunner Gezondheid van andere Menſchen onderſcheiden zyn, en of ze niet door algemeene Middelen genezen kunnen worden? op het eerſte antwoorde ik ja, gelyk deze Verhandeling zelve uitwyſt. Het andere wil ik niet loochenen, dewyl het eene mo-

 ge-

gelykheid betreft; hoewel, op zulk eene wyze, een besluit te trekken, in de *Redenkunde* niet gebillykt wordt. Ondertusschen zal men my ook wel willen en moeten toestaan; dat men byzondere Ziekten, naar de gesteldheid der Lichaamlyke omstandigheden, en van het Temperament, ook door byzondere middelen moete genezen. En waarom zoude men dan de zulken berispen, die aan de Geleerden den weg gewezen hebben, hoe zy hunne Gezondheid bewaren of herstellen mogen. Wie dit zonder partydigheid inziet en bedenkt, zal gewisselyk zich op my zyde voegen, te meer daar ik in dezen ook nog Voorgangeren in diergelyke stoffe gehad hebbe, want, om van 't Werkje van den Hr. TISSOT ten nutte van de Geleerden in 't gemeen, niet te spreken, weet men ook dat BERNHARD RAMAZZINI, eerste Hoogleeraar in de Geneeskunde op de Universiteit te *Padua* reeds in Ao. 1710. een Boek geschreven heeft, onder den tytel: *De Principum Valetudine tuenda Commentatio*, waar in hy, ten dienste vooral van den Hertog REINALD van *Modena*, verscheide Waarheden verhandelt, met betrekking tot de onderhouding der Gezondheid van eenen Vorst. En nu onlangs is 'er ook eene diergelyke Verhandeling in 't licht gegeven, welke de Gezondheid van den Koning van *Polen* tot onderwerp heeft; onder den tytel van: *Vera Patrem Patriæ A. D. C. Sanum longævum præstandi Methodus &c.* a BALTH. LUD. TRALLES *Uratisl. Breslau* Ao. 1767. (*). Na zulke Voorgangers zal men het my wel ten goede houden, dat ik my aan de Gezondheid

(*) Eene *Recensie* hier van vindt men in de *Act. Erud. Lips.* onder het opzigt van den Hr. Hofraad BELL uitkomende; *Mens Maj.* 1768.

heid van Luiden, die zich op de gewyde orde hebben toegelegd, zoo veel late gelegen zyn, om deze Raadgeving hun aan te bieden.

Anderen zal het misschien bevreemden, dat ik niets gesproken hebbe van het Ondertrouwen, Kinderdoopen en andere verrichtingen der *Predikanten* welken gemeenlyk van *Feest-* en *Slemp-malen* verzeld gaan, by welken de *Leeraar* een der aanzienlykste Gasten dikwerf uitmaken moet, of ze wel eens verpligt is, ten koste zelfs van zyne Gezondheid, by te woonen. Doch hier op dient dat ik hier van opzettelyk niets hebbe gewaagd, dewyl zoo wel het noodigen, als 't opvolgen van die noodiging, toevallige gebeurtenissen zyn. Ook kan uit de voorafgegane herinneringen wegens de Spyze en Drank genoeg opgemaakt worden, hoe men zich in zulke omstandigheden te gedragen hebbe; behalven dat de Gastheer en zyne Vrienden ook niet ongaerne zien, dat de *Predikant* zich dezer Gezelschappen vroegtydig onttrekke, op dat den jongen Lieden eenige meerdere vryheid tot onbedwongen vreugde gebeure.

Mist men hier ook eene volledige beschryving van de *Hypochondrie*, van de *Teering*, *Beroerte*, *Doofheid*, enz. en vindt men 'er niets van de Voorjaars-genezingen, en van 't gebruik der Baden gesproken, men denke dat men van dit alles een breedvoerig verslag kan vinden in het schrift, den *Artz* getyteld, welks gebruik, en geduurige lezing wy in 't byzonder ook, aan alle Veld Predikers en Leeraars ten platten Lande, ernstiglyk aanpryzen. Vindt men voor het overige hier niet veel nieuws; men wete dat ik ook van alle nieuwigheden, die in de Geneeskunst al zoo weinig, als in Godgeleerde Leerstellingen geduld worden, zeer afkeerig ben;

en my voornaamlyk hebbe toegelegd, om uit de schriften der ervarenste Artzen, de best beproefde middelen ter bewaring of herstelling van de Gezondheid der *Predikanten* voorbedachtelyk optesamelen; dewyl ik begrype, dat men met de Gezondheid der Menschen geenszins spelen, of iets, op een bloot misschien, en by toeval, omtrent dezelven wagen mag. Maar zoo 'er midlerwyl iets overtolligs, of onzekers, onder myne opgaven, mogt ingeslopen zyn, zoo verzoeke deswegens eene vriendelyke verschooning en toegenegen verbetering, uit hoofde, dat wy allen als Menschen aan misslagen en dwalingen onderhevig zyn.

Myne goede zaak eischt geene wydloopiger Verdediging of Ontschuldiging; en het zal my zeer aangenaam zyn, als men deze myne pooging in 't minzame onzydiglyk toetzen, beoordeelen, en 't gebreklyke daar van aanwyzen wilde. Ook zal ik my ten hoogsten verheugen, als ik vernemen mag, dat deze myne geringe bemoeijing, nog voor dezen en genen myner Medemenschen, van eenig nut mag geweest zyn.



AAN-

[AGTSTE AFDEELING;

OF

AANHANGZEL

TOT HET

VOORGAANDE;

Behelzende eenige VOORSCHRIFTEN en MIDDELEN, welken zoo in dit Werkje zelve genoemd, en aangeprezen, als op zich zelven dienſtig zyn, om, by wyze van HUIS-APOTHEEK, ten platten Lande en elders, van de PREDIKANTEN, en andere *Studeerende Lieden* in de aangehaalde gevallen, met vrucht gebruikt te worden.

Om hier in met eenige order te werke te gaan, zullen wy eerſt ſpreken van die kwalen, welker voorkoming of genezing in de voorgaande Afdeelingen voor al mogten bedoeld zyn; en 'er dan nog het een en ander byvoegen, welk nu of dan van een goed gebruik kan zyn in andere gevallen tevens, waar aan de *Predikanten* ten platten Lande onderworpen kunnen worden, of voor bloot ſtaan.

Indien dan het *Gezicht* volgens bl. 17 mogt verzwakt zyn, zoo waſche men alle morgen, middag en avond de oogen met een mengzel van twee deelen putwaters, en een deel beſten brandewyn; of met welbewaard en zuiver ſneeuw-water; of met witten wyn, waar in eenige greintjes gebranden aluin ontbonden zyn. Is 'er ontſteking by, zoo neme

men het vocht, welk in 't voorjaar uit de wynranken loopt, en welk ook wel gezuiverd is. Of men legge de gestooten bladen van het groot Huislook, in een fyn linnen doekje gedaan op de oogen, of men menge 't wit van één Ey, onder twee oncen Roozen-water, en leg het met een wiekje uit vlas gemaakt op de oogen; of men bette dezelven met een *Lavement* uit een halve dragme Nietwit, in twee oncen Roozenwater gedaan; of met een Oogwater, waar in het witte Poeder van *Rhasis* tot een of anderhalf dragme op drie oncen Roozen- en Oogentroost-water gedaan is.

Men late als de ontsteking zwaar is eene aderlating van tien oncen bloeds verrichten, en neme des anderen daags dezen gemeenen Purgeerdrank:

℞. *Fruct. Tamarind*; *unc. semis*
Fol. Senn. mundat: dr. ij.
Rhei opt. dr. j.
Cort. Arant. & Sem. Anis. a dr. semis.
Coq. in Aq. s. q. ad unc. IV. *in Colat. dissolv. Mann. Calabr.*
Syr. Ros. sol. āā unc. j.

Hier van neme men eerst de helft; en als 't niet genoeg werkt, drie a vier uuren daar na, de andere helft. Na twee dagen tusschenpoozens kan men ook des avonds naar bed gaande met vrucht gebruiken eene once *Syr. de Myconio* of *Diacod.* in koud gekookt gerstenwater, en nu en dan eene *Emulsie* drinken uit de koude zaden, met wat syroop van bleeke Roozen gezoet. Als een goed Oogwate rpryst SYDENHAM dit aan:

℞. *Aq. Plantag.*
Rosar. Rubr
Tut. præparat. dr. j.

Helpen deze dingen niet, zoo herhaalt men de Ader-

Aderlating en het Laxeermiddel, onthoude zich van Wyn en geestige of sterke dranken, als ook van zoute en zwaar verteerbare spyzen, en drinke veel huy of melk en water. Voldoet deze Levensregel nog niet aan het inzicht, zoo herhale men alle nachten het pynstillend Middel met de *syroop van Diacodium*, en men zal zich wel haast hersteld vinden.

Heeft 'er eene storting of dragtloop in de oogen plaats, zoo strooije of blaze men met een dun schachtje, iets in 't oog van dit poeijer:

Zinziber. Pulverat. dr. j.
Ciner. carnis infumat dr. sem.
M.

In een donker Gezicht of als 'er een vlek op 't oog is, heeft somwylen het volgende middel by velen eene voortreflyke uitwerking gedaan, om 'er de vlek af te krygen, of de donkerheid te verhelpen.

℞. *Tut. præprarat. dr.* j.
Oss. sæpiæ. pulv. scr. ij.
Vitriol. alb. scr. sem.
Sabinæ subt. pulv. scr. sem.
Sacc. cand. alb. dr. sem.
M. F. Pulv. subtiliss.

Schieten 'er zinkingen uit het hoofd op de oogen, zoo kan men of een Spaansche Vliegpleister achter 't oor leggen, om dezelven af te leiden, of, in de slapen des Hoofds, pleisters leggen uit gesmolten *Mastix* met een weinig *Citroen-olie* bestreken; of 'er de volgende *Massa* toe houden:

Mastich. dr. iij. *Ladan. dr.* ij.
Bol. Armen. et Sang. Dracon. aa Dr. j.
Opii Theb. Scr. j. *F. Mass. c. s. q. Thereb. venet.*

of

℞. *G. Carann. Elemn.*
Mastich. & Tacamahac. aa. unc. j.
Thereb. Venet. unc. sem. Liquef. adde post purificat.
Opii, in Aceto solut. unc. sem.
Castor pulv. & Croc. a dr. j.
F. Mass. pero Empl. Temporal.

De Spaansche Vliegpleister is dus te bereiden.

℞. *Resin. flav. & Cer. flav. a unc.* j.
Sev. Ovill. curat. dr. ij.
Liquefactis adde Pulv. Cantharid. unc. sem.
Acet. vin. q. s. ad subigemd. Massam.

Wordt de Leeraar van de *Hysterieke* Ziekte meer of min aangedaan, volgens bl. 22. hy legge zich de volgende *Miltceroon* van den Hoogl. GAUBIUS, in een ovale gedaante, als een Ossentong gesneden, in de slinkerzyde van den Buik:

℞. *G. Ammoniac.*
Galban. aa. unc. sem. in Acet. scillitico dissolv.
& depuratis adde
Ceræ citrin. unc. sem.
Ol. Absynth. Infus. q. s.

En gebruike de volgende Gompillen tot verdunning der Maagslymen, en 't nederzetten der opstygende dampen.

℞. *Galban. Opopanac.*
Myrrh. & Sagapeni. aa. unc. j.
Assæ Fætidæ unc. sem.
F. c. Tinct. Croc. Mass. Pilul. ex qua sume dimidiam partem, et forma ex illa ducentas Pilulas;

En

En van dezen neme hy 's morgens, 's middags en 's avonds een drietal in, met wat koud gekookt water, of een kopje van 't Aftrekzel van *Matricaria*, en *Mentha*, met kookend water getrokken en nu mede koud of bloedlaauw geworden. Of, zoo hem eenige *Sedes* ontbreken, gebruike hy, in plaatſe van de genoemde, even zoo veel *Majerne Pillen*, naar dit voorſchrift:

℞. *Extract. Cichor. Card bened.*
Meliſſ. et Rorismar. aa. Dr. ij.
Pulv. Aloes Roſat. Dr. iij.
Rhei, Zennæ, et Stæchad. pulv. aa. Dr. j.
Macis ſcr. j. *c. ſyr. Artemis.* zoo 't nodig is, tot Pillen gevormd zynde, dienen zy in gebreken van het *Hoofd* teffens.

Om aan de *Maag* haar vermogen ter ſpysverteering weder te geven, volgens bl. 23. dienen de volgende Pillen:

℞. *G. Ammoniac Galbani aa. Dr.* ij.
Sagapen Myrrh. aa. Dr. j. *& ſem.*
Pulv. Ari Compoſit. Dr. j.
Maſſ. Pilul. Rufi Dr. ij.
Ol. Menth. gt. xv.
—— *C. Aur. gt.* v.
C. Balſ. Peruv. q. ſ. F. Maſſ.

Of de volgende *Balſamieke Pillen* van STAHL;

℞. *Extr. Cochlear. Fumar. Cent. min.*
Card. bened. & Hell. nigr. correct. aa. unc. ſem.
G. Heder. Elect. unc. j.
Juniper. Aloes. opt.
Myrrh. elect. Succin. rubr. aa. unc. ſem.
Therebinht. Venet. q. ſ. ut Fiat Maſſ. Pilul.

Of

Of dit prikkelend Maagverſterkend Poeder van den Hoogleeraar BOERHAAVE.

℞. *Ol. ſtill. Menth. Major. & Tanac, aa. gt.* v.
Sacch. albiſſ. unc. j. *T. Elæoſacch. cui adde*
Pulv. Zingib. alb. & Cortic. Magell. aa.
Unc. ſem.

M. F. Pulv. om 'er driemalen daags een halve *Drachme* van met wyn te gebruiken: welk in eene koude ontſtelde en verſlymde Maag van ongemeenen dienſt is. Of men ſtrooije ten gelyken einde, op een beſchuit, in *Spaanſchen* Wyn gedoopt, na den eeten, een halven lepel vol van de volgende *Tragea Peptica Stomachica*:

℞. *Spec. Arom. Lond. vel ejus loco*
—— *Diagalang. Cujusvis Diſpenſator.*
Unc. ſem.
Pulv. Rad. Gentian.
Cort. Winteran.
Myrrh. elect. aa. Dr. j.
Sem. Coriandr.
Rad. Calam. Arom. aa. Dr. ij.
Sacch. albiſſ. Drachm. XII.

Of hy gebruike een Glaasje van dezen bitteren Maagwyn.

℞. *Rad. Gentian. Flaved. Cort. Limon. rec.*
Unc. j.
Piper. long. Dr. ij. *Vin. Alb. Libr.* ij.

Na een tyd lang zonder vuur te ſamen geweekt te zyn, wordt dit doorgegooten en ten gebruike bewaard.

Of hy neme, in witten Wyn, een halve once van den Maagverwarmenden Wyn van Paus ADRIAAN *den zesden*, dien vermaarden *Utrechtſchman*, en gewezen Leermeeſter van den grooten Keizer KA-

REL

REL *den Vyfden*, welker ſamenſtelling uit het *Lexicon* van de SPINA ontleend, dus luidt:

℞. *Mirobolanor. omnium aa. Dr.* ij. & *ſem.*
Cinnamomi acutiſſ. Dr. ij.
Nuc. Moſchat. Dr. ij.
Caryoph. Cubeb. & Cardamomi. min.
Granor. Paradiſ. & Fol. Macis. aa.
gr. x.

Als dit eenige dagen warm heeft ſtaan trekken, wordt het doorgegooten en ten gebruike bewaard, en is ook dienſtig in toevallen van *Catharren* of *Zinkingen*, en *Vloeijingen* op de *Vliezen.*

Ten gelyken einde kunnen ook dienen de bittere *Halliſche* zeer geroemde *Maag-eſsentie*, en de bittere *Londonſche Tinctuur*, waar van de eerſte dus bereid word.

℞. *Eſſent. Tanacet. & Trifol. fibrin.*
Pimpin. alb. et Angelic. aa. Dr. iij.
G. Hederæ, Succin. & Gentian. aa.
Dr. ij.
M. F. Eſſentia.

De *Tinct. Amara Lond.* wordt dus bereid:

℞. *Rad. Gentian. Unc.* ij.
Flaved. Cort. Arant. ſiccat.
Sem. Cardamom. min. excort. Unc. ſem.
Spir. Vinoſ. tenuioris Pint. ij.

Dit zonder vuur gedigereerd zynde, zuivert men het AFTREKZEL, welk zeer dienſtig is, om Winden te doen ontlaſten en de Maag te verwarmen en te verſterken.

Dit oogmerk kan ook op nog eenvoudiger wyze bereikt worden, als men namelyk uit eenigen der beſte Maagkruiden, Bloemen, Wortelen of Zaden, den Olie, zoo zuiver als mogelyk is, bekomen hebbende, daar van, in een *Boerhaviaanſch* ſtoofje, eene

Quint-

Quinteſſentia humida voorzichtiglyk overhaalt; of voorts met dezelven een drooge *Quinteſſentie* wil maken, waar toe de wyze van bereiding opgegeven wordt in de *N. Nederd. Apotheek* 2de Druk, te Leiden uitgegeven in Ao. 1766, welk werkje ook nog vele andere nutte Voorſchriften in zich behelſt, en wel verdient van den Dorp-Prediker, zoo wel als van de Dorps-Chirurgyns gelezen en gebruikt te worden in de meeſte gevallen, daar zy met oordeel ook over de inwendige kwalen mogten kunnen ſpreken, en dezelven naar de kunſt behandelen.

Daar ik zoo veel van de Maagmiddelen opgeve, zal het niet ondienſtig zyn, wat te ſpreken van de *Maagpyn* zelve en van het Kolyk; waar aan Perſoonen van eene zwakke en zeer aandoenlyke Geſteltenisſe, gelyk de Predikanten doorgaans zyn, veel al laboreeren. De *Maagpyn* of *Cardialgia* heeft doorgaans haren Zetel of in het Herteputje, of by het zwaardswyze Kraakbeen, of ſomwylen ook rondom den navel. Het *Kolyk* is eene pyn, welke zich onder den Navel tot in de Darmbuizen, voornaamlyk in den *Colon*, uitbreidt. —— Perſoonen van een week, zacht, en zwak geſtel, en die aan *Jicht* en *Hypochondriſche* kwalen, mede veel al Ziekten der Studeerende Lieden en der Predikanten mogten ſukkelen, zyn meer dan anderen aan deze Ziekten onderworpen.

De gemeenſte ſoort van *Cardialgia* ontſtaat uit eene verzwakking van de krachten ter ſpysvertering en gemeenlyk als men vette, taaye, ſlymige of harde ſpyzen gebruikt heeft, of als men veel kwalyk gegiſt Bier, of zuure, en vervalſchte Wynen gedronken heeft.

Men wordt dan ſtraks eene drukkende pyn in de Maag gewaar, die uitgeſpannen, of, naar den rug toe, krampachtig ſamengetrokken wordt, ook wordt

men

men door een moeilyk ademhalen, onrust, angst walging, neiging tot braking, huivering over 't geheele Lichaam, en flaauwten gekweld.

In deze Ziekte heeft men zoo wel als in 't *Kolyk*, ontstaande uit een verhinderden omloop van 't bloed in de buizen van het Gedarmte, den Lyder terstond een kleinen tafellepel vol van deze *Rhabarber Tinctuur*, te laten gebruiken.

℞. *Rhei optim. unc.* j. *&* *sem.*
Rad. Liquir. vir. unc. sem.
Uvar pass. rec. enucl. unc. ij.
Cardamom. min.
Flaved. Cort. Citri aa. unc. sem.
Vini Albi Portug. unc. xiv.
Extract. Enul. unc. sem.
Sacch. Cand. Alb. unc. iv.
M. F. Tinct. Rhei Dulc.

Men geve ondertusschen wat warme Haversoupe, of warm Water en Melk aan den Lyder te drinken. Om de opening of ontlasting te meer te bevorderen, kan men een *Lavement* zetten, of de *Dosis* van 't gemelde Aftrekzel vermeerderen. Op de Maag kan men des nachts een warmgemaakt en met witten Wyn besprengd Zakje van *Kamil-* en *Vlier-bloemen* leggen. Zy, die op een Braakmiddel in dit geval gesteld zyn, kunnen een halve *drachma* of wat meer of minder *Ipecacuan-wortel* gebruiken. Dewyl ook by zulke veel zittende zwakke Gestellen, de Maag Darmen, en alle de andere Ingewanden zeer gevoelig en zwak zyn, en daarom de Spysverteering en de Ontlasting zelden geregeld voortgaan, zoo is 't noodig, des morgens en 's avonds, 50 of 60 droppelen van de gemelde Tinctuur in Wyn te gebruiken; en om de Ingewanden te versterken, kan men eene drachme Extract van *Kina* in zes oncen

Kruisenmunt-Water ontbinden, en 'er nu en dan eens een lepel vol van nemen. Ook moet men 't Onderlyf en de Voeten en Beenen vooral warm houden.

Als deze Ziekten door de belemmerde uitdampingen ontstaan, dan moet de Lyder zich ten eersten te bedde doen leggen, en alle twee of drie uuren eene *Dosis* gebruiken van het volgende

PULVIS BEZOARTICUS.

℞. *Antimon. Diaphor. Nitr. Depurat. aa. dr.* j.
C. C. Philos. dr. j. *& sem. Rad. Contraj. ser.* ij.
Lap. Bezoart. or. dr. j. *& sem. Cinn. Antim. gr.* XII.
M. F. Pulv.

Hy gebruike ook vlytiglyk de Havergort- en Gersten-dranken, om dus de natuurlyke uitdryving der scherpe vloeistoffen te bevorderen. Ook moet de Kamer, waar in de Patient ligt, niet te warm, zyn, dewyl anders het bloed te zeer aan 't gisten geraakt, en de gewoone uitwaassemìng niet zelden belemmerd wordt.

In de *heete Borst-koorts* bl. 32. gemeld, late men zich eerst eene ader openen, en voor eerst eenige weinige oncen, en naderhand nog eens of meermalen wat bloeds aftappen; gebruike verdunnende en zagtelyk verkoelende dranken, en van het volgende *Temperend-Poeder* alle uuren een vingerhoed vol.

℞. *Nitr. depurat. dr.* j. *& sem. Antim. Diaph. dr.* j.
Sacch. alb. Canariens. dr. ij. *& sem.*
M.

Men kan ook eene Ossenblaas met warme zoete Melk

Melk tegen het aangesteken of pynlyk gedeelte des Lichaams leggen.

Wordt men door een scherpachtigen of jeukerigen uitslag gekweld, volgens bl. 32. men wassche zich des avonds en 's morgens met Water en Melk, en wryve zich na de wassching met ongezouten boter, waar in wat poeder van Bakelaar en van Alantswortel gemengd is. Men neme eenige reizene een Dosis van het bovengemelde *Pulvis Bezoarticus*, en gebruike twee of drie malen daags een Lepel vol van den volgenden

ELIXIR ANTICACHECTICUM.

℞. *Rad. Polypod. contus.* *unc.* VIII.
Rhei optim. Glycirrhisæ aa. unc. II.
Bacc. Juniperi, *unc.* IV. *Sem. Coriandr. unc.* I. & *sem.*
Fol. Senæ s. s. unc. VI. *Pass. Major. unc.* III.
Liq. Terr. fol. Tartar. unc. II. *sem.*
Vini alb. Portugall. Libr. III. *sem.*
Digere per Nychthemeron in loco calido, & *Tinct. colat. adde Extr. Rhei unc.* II.
Digere ad solut. & cola.

Deze *Elixir* dient, behalven tegen kraauwte en zwaren uitslag aan 't hoofd, ook tegen alle soorten van waterzucht, en de Hr. ROSEN *van* ROSENSTEIN en andere *Zweedsche* Geneesheeren hebben 'er de *Oedema* of Zucht in de Voeten, en de *Anasarca* of eene geheele volslagen Waterzucht, zoo wel als de Buikwaterzucht, mede genezen.

Wil men aan den Wyn, volgens bl. 44. nog eene meer Maagversterkende kracht byzetten; zoo kan men zich van de volgende *Medicinale Wynen* bedie-

nen; als men namelyk ontlasting noodig heeft, van dezen volgenden

℞. *Sal Acal fixi unc.* VIII.
Aloes, Croc. Myrrh. aa. unc. I.
Vin. alb. Libr. II

Laat dit eenen dag en nacht of wat langer staan trekken, filtreer het dan door een papier: men kan het als een bittere *Maagelixir*, by een halven of heelen vingerhoed vol, in wat witten Wyn gebruiken.

℞. *Rad. Gentian. Flav. Cort. Limon. rec. aa. unc.* I.
Pyperis long. Sem. Cardamom. min. aa. dr. II.
Vin. Alb. Gallic. Lib. II.

Zonder vuur een tyd lang geweekt zynde, giet men het door, en gebruike het, in plaatse van *Alsemwyn*, in alle verkouding der *Maag*

In Lichamen, die veel zuurs hebben, dienen de volgende *Staalwynen* ook, die tevens van nut zyn, in de *Hypochondrische* Verstoppingen:

℞. *Limat. Ferri unc.* IV.
Cinnamomi & Macis aa. unc. sem.
Vini Rhenani Libr. IV.

Laat het een Maand lang zonder vuur, staan trekken, dikwils omroerende, en 't naderhand doorgietende.

℞. *Rad. Costi odorat. Calam. Arom. et. Gentian aa. dr.* III.
Vitriol. Mart. dr. I. *sem.*
Croc opt. dr. I.
Limat Mart unc. I. *sem.*
Vin. Canarin. Pint I. *sem.*

Men late het in warm zand trekken, geduurende twee dagen, met eene zagt vuur. Of men kan, tot het zelfde einde, in gelyke veelheid van Wyn doen

Cinnamomi acutiss. unc. sem.

Nuc.

Nuc. Mosch. Rad. Galang. aa dr. 1. sem.
Macis, Zing. Zedoar aa dr. 1. sem.
Santal. rubr. Caryophyll: aa. dr. sem.

Of men kan ook dit einde bereiken met in een glas wyns te gebruiken, een vierendeel Loots van het volgende Maagpoeder van QUERCETANUS, anders samengesteld Poeder van Kalfsvoetswortel geheeten,

℞. *Rad. Ari ppt. unc. i.*
Acor. & Pimpin. a unc. sem.
Ocul. Cancr. dr. i. Ciaoi dr. i.
Sal. Absynth. & Juniper. aa dr. sem.
Sacch. alb. unc III.
M. T. Pulv. subtiliss.

By het geen op bladz. 49. wegens de versterking van het *Geheugen* gezegd is, hebben wy het volgende aan te merken: Dat het Geheugen, welk voor al den *Predikanten* en openbaren Sprekeren ten hoogsten noodig, en hierom zeer dierbaar is, gemeenlyk aan driederlei soorten van beleediging en verzwakking kan onderworpen zyn: (1) Als men iets met moeite en zeer veel werks, door een geduurig overdenken, in den Geest moet prenten, schoon het daar als dan eens onthouden zynde, wel vast in blyft, (2) Als men alles wel schielyk begrypt, maar ook weder schielyk vergeet. (3) Als men niets begrypen noch overdenken, en ook niets onthouden kan. De hoofdoorzaak dezer Ziekte is in de Geesten te zoeken, welke in 't eerste geval zwaar en log, in het tweede te vlug en levendig, en in het derde te vadzig en traag zyn. De by-oorzaaken zyn eene natuurlyke doffe gesteldheid, verslaafdheid aan den drank, misbruik van uyen en knoflook, te lang slapen, zich te gewennen aan een lui, traag en ledig leven; te sterk letterblokken, 't onmatig gebruik van byslaap, en in oude Luiden eene

natuurlyke vermindering van krachten: als ook verstoppingen, loopende zinkingen des hoofds, zware vallen, verwondingen, kneuzingen, beroerte, enz. In de genezing moet men eeniglyk trachten de by-oorzaken weg te nemen, en dus moet men de Geesten te hulp komen door eenige *Analeptica*, als door het stryken van de slapen met Geest van Lavendel; het innemen van wat *Conf. Alkermes* of *geconfyte Nooten* of *van Kalmus*, met wat Leliebloesem- of Melisse-water; of men kan daar toe ook gebruiken deze *Essentia*, welke Dr. HILDESHEIM zeer geprezen heeft tot *versterking* van het *Geheugen*.

℞. *Fol. Beton. Rorismar. Salviæ.*
Flor. Ros. Lavend. Stæchad. aa scr. IV.
Nuc. Mosch. Piper. long. Galang. aa scr. IV.
Castor. dr. II. *Myrrhæ & Thuris aa dr.* III.
Croc. opt. scr. II.

Dit word in *Spir. Cerasorum* geinfundeerd, gedigereerd, en daar na gefiltreerd; om 'er de slapen van 't hoofd den neus en nek mede te smeeren Als'er eene traagheid der Geesten by is, zoo gebruike men *Excitantia* of de reeds aangehaalde Middelen, die mede in de gedaante van een Balsem, om 't hoofd mede te smeeren, voorgeschreven kunnen worden: by voorbeeld: *Ol. dest. Lavend. Rutæ*, *Lign. Rhod. Angelic. Cinnam. &c.* gemengd met *Bals. Nucist.* of *Peruv.* of onder wat *Ol. Macis express.* Of tot een Kruidmuts kan men zich bedienen van eenige Aromatische Kruiden en Bloemen, ofte anders dezelven in Water of Wyn laten trekken, om 'er 't hoofd mede te wasschen. Zyn de Geesten al te vlug, dan bedient men zich daar tegen van *Crocata*; ook moet men op de gesteldheid der eerste wegen wel gadeslaan,

en ſomtyds eenige openende Middelen gebruiken, gelyk als Braakmiddelen, of Buikzuiveringen. Als *Specifica* worden door ſommigen aangeprezen het kaauwen en innemen van *Staartpeper*, kleine *Kardamom*, *Barnſteen*, *witten Wierook*, *Ambergrys* enz. De volgende Pillen worden daar toe van MONTAGNANUS geprezen, met welken hy zegt een geleerd Man, die zyn Geheugen verlooren hadt, op eene wonderbare wyze herſteld te hebben. Hy geeft ze den naam van

BONUM SECRETUM *ad Memoriam*.

℞. *Calaminth. et Caryophill.*
Cubeb. Maſtich. & Nuc. Moſch. aa dr. 1 *ſem.*
Ambr. Grys ſcr. 1. *Moſchi opt. ſcr. ſem.*
F. cum ſucco Fol. Majoran. Pilul.

Van dezen laat men de Lyderen alle avonden, als ze te bedde gaan, eene dubbele *doſis* van 6 a 7 of 9 *Pillen* gebruiken; en als zy 'er tuſſchen beiden van nemen, moeten ze zulks 3 a 4 uuren doen voor den eeten. Men kan hier byvoegen de Beſchryving van BOCCONE nopens de

PLACENTULÆ SENECTUTIS.

℞. *Catechu* v. *Terr. Japon. opt.*
Sacch. Cand. alb. aa dr. 1 *ſem.*
Baniglię gr. XV. *vel.* XVIII.
Badian. gr. VI. *vel.* VIII.
Zedoarię Rad. gr. VII.
Balſ. Copaivę gt. VIII.
Moſchi & Ambr. Grys. aa. gr. VI.

Somtyds wordt, in plaats van de *Zedoar-wortel* de *Rad. Caryophyllat.* 'er by gedaan, tot 20 greinen toe; en dan met Gom Dragant in Roozen-water ontbonden, eene *Maſſa* daar uit geformeerd, van welke men Koekjes maakt, ter zwaarte van een

ſcrupel, waar van men 'er drie driemaal daags kan laten nemen, om ze in den mond te laten ſmelten.

Ingevalle van *Breuken*, (zie bl. 65.) moet men zich van een kundig Hand-Artz voorzien, om dezelven te laten inbrengen, en terſtond een Pleiſter van 't *Empl. Magnet. Arſenicale* op de Lendenen te leggen. — Het weder uitvallen derzelver wordt belet door een' goeden band, en door ſamentrekkende Pleiſters uit *Sang. Dracon. Sarcocoll. Thus, G. Ceraſor. Pulv. Gallar. Nuc. Cypreſſ.* Zeker *Empyricus* hieldt voor een groot geheim, *Lytharg. Argent.* in Azyn gekookt en met een doek daar om gegelegd. Een ander gebruikte den *Ol. Roriſm. en de Aſelli.* In de *Acta Lipſ.* wordt 'er deze Pleiſter als van zonderlinge deugd voor aangeprezen;

℞. *Maſtich. unc. ſem. Ladani unc.* II.
Nuc. Cypreſſ. exſiccat. N. III.
Succ. Hypocyſt. & Terr. Sigillat. aa. unc. I.
Picis nigr. unc. III.
Thereb. Ven. & Ceræ Flav. aa. unc. I.
Rad. Conſolid. Maj. unc. ſem.
F. Empl.

Deze Pleiſter moet alle tien dagen vernieuwd, en drie maanden lange gedragen worden. Inwendig kan men eenige *Conſolidantia* gebruiken, en men moet zich eenige weeken ſtil houden.

Van het *Bloedſpuuwen* en *Bloedſtorten*, op de gemelde bladzyde voorkomende, moet ik ook nog iets aanmerken. Behalven door ſterk ſchreeuwen, zingen, ryden, en andere heftige bewegingen, kan dit ook ontſtaan door het eeten van al te ſterk gekruidde, ſcherpe, en roerende ſpyzen; door overvloedige, ſterke en vlugge dranken; door heftige gemoedsbewegingen, in 't byzonder door Toorn, en door

door schielyke Verkoudingen, of het lange verblyven in eene vochtige koude lucht, als men niet wel gedekt is, en door andere oorzaken, die het bloed in eene al te sterke beweging brengen.

De Zieke houde zich een tyd lang in een warm en eenigzins lugtig of ruim vertrek op, en gebruike ten eerste wat *Temperend Poeder*, in laauw water. Men zette een' Bloed-Egel aan den Endeldarm, om zoo veel bloeds te laten afzuigen, als noodig is, en de krachten der Zieke dulden. Men late ook een zagt *Lavement* stellen; en geve hem laauwe Gersten-, en Haver-dranken te gebruiken; waar in men eenige geschilde en gestooten zoete Amandelen heeft ontbonden. En, als nu de ziekte en de koorts, die 'er veel al by komt, ten vollen overwonnen is, moet hy 's morgens en 's middags eenige Kruider thee drinken, daar toe gebruikende een hand vol *Heder. Terrestr.* een halve hand vol *Veronica*, en dito *Fl. Bellid. min.*; een once geraspt *Zoethout*, en drie drachmen *Ster-anys*; om het, met gekookt water getrokken, even als *Thee* te gebruiken, met melk en zuiker naar believen. 's Morgens en 's avonds gebruike hy een grooten Lepel vol van de beschreven zoete Rhabarber Tinctuur, doch zoo dit te veel loslyvigheid mogt maken, neme hy dit maar eenmaal 's daags.

Valt eene Hoest hem wat bezwaarlyk, zoo neme hy vyf of zes-maal op een dag een Poeder uit gelyke deelen versch Walschot (*Sperma Ceti*) en witte *Kanarie Zuiker* fijn gewreven, en drinke 'er wat van de Kruider-Thee by; welke anders ook, om ze ten dagelykschen gebruike te houden, aldus kan toebereid worden;

℞. *Herb. Veronic.*
Menthæ.
Melissæ aa. Man. II.
Flor. Sambuci Man. I.
Rosar. r.
Cheiri aa. M sem.
Croci opt. Drachm.
Sassafras Unc. II.
Santall. citrini aa. unc. sem.
Cort. Sambuc.
Citri rec siccat. aa. unc. I.
Sem. Anisi unc. sem.

Snydt dit klein onder elkander, en mengt 'er het grof gestampt Anyszaad, en een vierendeel zuivere Theeboei van 24 a 30 stuiv. het pond, by, om in plaatse van enkelde Thee, geduuriglyk en voor al 's morgens te gebruiken; welk een zeer goed *Præservatief* is voor verscheide kwalen.

Niet alleen geduurende het bloedspuuwen, maar ook lange daar na moet de Lyder zig wagten van sterke Lichaamlyke en Gemoedsbewegingen, van hitte en koude, voor zeer voedzame, sterk gekruidde, zoute en onverduwlyke spyze, voor zwaar Bier, heete Wynen, enz. Daar tegen moet hy niets, dan 't gene ligt verteerbaar is, nuttigen, en dikwils op een dag doch by kleine *Portien* teffens eeten, en zyn Lichaam in eene matige warmte houden, zoo wel als 't vertrek, daar hy zich onthoudt.

Tot herstel der krachten neme hy drie of viermaal daags een kop vol van 't Afkookzel van *Kina*, tot dat hy genoeg in dit opzigt gewonnen hebbe. Onder de Bewaarmiddelen kan men niets beter raden, dan 't gebruik der *Tinct. Rhei*; en een herhaald aderlaten nu en dan, of 't gebruik van Bloed-Egels en van het Temper-poeder, en het myden van de

bo-

bovengemelde oorzaken, uit welken deze kwaal kan ontstaan.

In de *Catharralische* Ziekten bl. 69, 70 of in de *Verkoudheden*, heeft 'er doorgaans huivering en koorts plaats; eerst is 'er een drooge hoest, naderhand eene uitloozing van fluimen, die den kugch doen vermeerderen. Dikwils heeft men ligte stekingen en eenig ongemak in de keel; als deze Ziekte hare zitplaats in den neus heeft, is 'er veel al zware hoofdpyn, die somwylen afhangt van de prikkeling van 't vlies, welk de holten van 't Voorhoofd, of die van 't Kakebeen bekleedt. —— Men moet deze Ziekten, als van gelyken aart met de Keel en Long-ontsteking en 't Zydewee, op dezelfde wyze behandelen. Als zy zwaar is moet de Lyder adergelaten worden, welk altyd nodig is, zoo hy veel bloeds en zwaren hoest, en groote Hoofdpyn heeft: Hy drinke veel van den volgenden drank: Neem twee handen vol Vlierbloemen, doe ze in een aarden pot met een vierendeel Honing, en drie oncen besten Wynazyn; giet 'er vier pinten kokend water op, laat het dus wat warm staan trekkken, somtyds eens omroerende, giet het dan door een doek; en voeg 'er een half once gezuiverden Salpeter by.

Tusschen beide gebruike men voor den dorst eene *Emulsie* uit de koude Zaden, en *Gerstenwater*, waarin ook wat gehoningden Azyn, en gezuiverde Salpeter kan gedaan worden 't is nuttig teffens, alle avonden, eer men te bed gaat, met de beenen in warm water te zitten. Dikwils is de kwaal zoo ligt, dat men 'er gemaklyk van geneest, na zich eenige dagen van Vleesch, Vleesch-nat, Eyeren, Wyn, als ook van alles wat scherp, vet of bezwaard is, af, en zich te vreden te houden met brood, moeskruiden, vruchten

en water, en vooral, met 'savonds weinig of niet te eeten, en den dorst met wat gesalpeterd Gerstenwater, of met een Aftrekzel van Vlierbloemen of Klaproozen te lesschen, daar men een derdedeel Melks kan byvoegen Het warme Voetbad en een poeder van een half vierendeel loods Salpeter doen ook veel tot het slapen.

Als 'er geen koorts, hitte, of ontsteking meer is, en de Lyder eenige dagen de Levensregeling onderhouden, en veel gedronken heeft, doch de hoest en de slaperigheid blyven aanhouden, dan kan men des avonds, uit het Voetbad komende, een pilletje *Styrax* of een gift van *Theriaak* met wat Conserf van Vlier geven, welke den hoest stilt, de uitwaassering herstelt, en dikwils in eenen nacht de kwaal geneest. —— Dit, te vroeg genomen, doet somwylen eene kwade uitwerking, en men moet, als men 't gebruikt, des avonds weinig gegeten, en de genomen spyze ook verteerd hebben.

Daar zyn veele andere middelen tegen de Verkoudheden, welken ik in hunne waarde late; maar rade dat men ze niet op goed geloof van elk, maar door een kundige hand, laat geven en aanraden. Somwylen heeft een Aftrekzel van versche Kerssen-steelen en gekneusde Kerssen-steenen, 't welk een zeeraangename drank is, eene verouderde verkoudheid genezen. In die van het hoofd, brengt de enkele waassem van heet Water, waar Vlierbloemen of andere welriekende kruiden in gedaan zyn, eene schielyke verligtenis aan; en dit dient ook in Borst-verkoudheden.

Zy, die de veelheid van spyzen, in deze ziekten niet verminderen, maar zeer veel warm water drinken, bederven hunne gezondheid. De spysverteering houdt op; de hoest verandert in een Maag-hoest, en zy loopen gevaar van, door slepende Koortsen afgemat, ge-

geheel verzwakt, of door flapeloosheid en benaauwdheid gekweld, en dikwils vry fchielyk, uit het leven weggerukt te worden.

Uitgebrande Brandewynen, Kruidenwynen, Kandeel, en alle heete dingen, doen in 't begin veel kwaad; hoewel ze, in 't eind der ziekte, fomtyds nog iets kunnen uitwerken, als de kwaal door de zwakheid der Werktuigen onderhouden wordt. In dit geval moet men afzien van weekmakendemiddelen; en dagelyks eenige giften nemen van telkens eene Drachme Koorts-baft in poeder, met wat Wyn. En als de vochten te veel op de Long vallen, moet men *Spaanfche* Vliegen aan de dyen zetten. Overgehaalde Waters of Liqueurs komen ook zoo weinig te pas, dat een luttel derzelven, eene verkoudheid, die te eindigen ftondt, weder kan opwekken. En fommigen, die ze drinken, worden 'er altyd verkouwen van, om dat ze eene ligte ontfteking in de Longe maken, welke mede ontftaat, door het veel gebruiken van heete kamers, die wel maken moeten, dat men verkouwt, als men 'er uitkómt, weshalven men zich voor groote hitte, zoo wel als groote koude, zorgvuldig dient te wagten.

Zich zeer warm te houden, is ook onnodig, want de gefchiktheid om te verkouden, ontftaat uit twee oorzaken, of om dat de uitwaaffeming ligt belet wordt, of fomtyds uit eene zwakheid der Longe of Maage; welke ieder byzondere Geneesmiddelen vereifchen. Als de kwaal voortkomt uit eene ligte belemmering der uitwaaffeming, dan neemt de ziekte te meer toe, hoe zy zich warmer houden, en meer zweten. Die geftadige warme Lucht verzwakt het gantfche Lichaam; en vooral de Longen; de vochten vinden daar minder tegenftand,

en

en zetten 'er zich meer en meer neder. De huid zonder ophouden in een zagt zweet gebragt, verslapt, wordt week, en onbekwaam, om hare bediening te verrichten; de minste oorzaak verhindert dan alle de uitwaasseming, en daar ontstaan vele slepende kwalen uit. Want, alle de zorgen, tegen de koude door dezulken aangewend, zyn middelen om hunne Gezondheid meer en meer te verzwakken, en dit zoo veel te zekerer als de vrees voor de lucht, hen aan een stilzittend leven gewendt, welk alle hunne ongemakken vermeerdert; waar aan de verhittende dranken de laatste hand leggen. 'tEenige middel om hen te genezen, is zich aan de Lucht te gewennen; de warme Vertrekken te ontvlugten, dagelyks zelfs by heldere Winterdagen eens te wandelen, langzamerhand de klederen te verminderen, koel te slapen, en niets dan koude spyzen en dranken te gebruiken, veel zich te bewegen, en als de kwaal verouderd is, een langen tyd de *Kina* en koude baden te gebruiken. En deze Geneeswyze gelukt ook zeer wel voor hun, by wie de ziekte haren oorsprong verschuldigd is aan eene zwakheid der Maag of Longe; want na verloop van eenigen tyd vereenigen zich deze drie oorzaken altoos te samen.

Men heeft veel in gebruik, hoewel meer in de Steden, als op het platte Land, om gezuikerde Koekjes of Plaatjes, *Uhlefeldjes*, Borstzuiker, zwarte Kandy, zoogenaamde Kussentjes of Balletjes, of ook Honig met Eijeren te gebruiken; doch deze dingen, te veel gebruikt, verzwakken de Maag, bederven de Spysverteering, en verzachten minder de Borst als de Keel, daar zy door passeeren.

Een afkookzel van Vygen is ruim zoo goed als dezen. En, best van allen, is Drop van Zoethout,

in

in een genoegzame veelheid gebruikt; zelfs tot anhalf once, op een dag, waar van dikwerf zeer goede uitwerkzelen gezien zyn.

Over de *Long-verzweering* en *Teering* op bl. 71. gemeld, is nog 't een en 't ander te zeggen: in 't eerste geval dient eene Aderlating van eenige oncen, en voorts eene zagte buikzuivering; des volgenden daags herhaalt men de Aderlating weder. Op de dagen, als men niet purgeert, gebruike men in Gerstenwater eenige droppelen van dezen

ELIXIR PECTORALE.

℞. *Extract Helenii dr.* III.
Pass. Major. rec. exacinat. unc. I.
Ras. Glycirrhyz Sem. Anisi stellat, aa dr. I. *sem.*
Croc. Oriental. scr. I.
Vini Alb. Portugall. unc. VI.
Digere per Nychtemeron, dein cola ut F. L. A. Elixir.

Zelden zal men in de Longzuchtigen ruimte op de borst bekomen, zoo lange de heftigheid der Koorts duurt, waarom men wel doen zoude nu en dan wat *Sal Prunellæ*, of anders wat enkel *Nitrum* en *Flor. Sulph.* te gebruiken.

In de Voedeloosheid, moet men, zoo de spyzen den Lyder onthouden zyn, dezelven allengkens wat vermeerderen: voorts moet hy in koele en schaduwachtige plaatsen buiten de Zon wandelen, met zyne handen eenig werk doen, en zoo 'er die te zwak toe zyn, dezelven wat laten wryven, en de badstoof nu en dan gebruiken. Ook dienen hem de wrange Wynen, en eenige Waterafzettende Middelen.

Maar zoo de kwaal grooter of zwarer wordt, en de

de Lyder aan de Teering geraakt, dan moet men 'er in den beginne voor waken, op dat de kwaal door veroudering niet ongeneeſlyk worde. Het ondernemen van een lange Reize te water, de verandering van Lucht, het ryden te Paard of op een Wagen, en het zich ontſlaan van zorg en bekommering, zyn dingen, die als dan niet genoeg kunnen aangeraden worden, —— Onder de ſoortmiddelen behooren de *Rad. Althææ, Glyzirrh. Conſol. maj. Herb. Hysſop. Taraxac. Malv. Sem. frigid. Maj. & Min. Lign. Guajac. Salſap. Cort. Lign. Querc. Fruct. Sebeſten, Ficus, Paſſ. maj. et min. Terr. Sigill. Maſtich. Myrrh. Flor. Sulph. Therinthin.* Vooral is zeer dienſtig, om driemaal daags een brokje als een Nootemuscaat, van den *Balſamus Lucatelli* te nemen, onder een once van welken men een vierendeel loods *Balſem van Peru* gemengd heeft; en welk men in wat ſuiker mengt. Of men geve eenige Droppels van den *Balſ. Sulph. Aniſat.* met wat zoeten Mede gemengd, naar vereiſch van zaken, eenige reizen's daags den Lyder in of wat van de bovengemelde *Elixir Pectorale* of *Tinct. Aſthmatica*; of gebruike een Afkookzel van de *Ligna*, met wat Krenten, Rozynen, en Zoethout ſmakelyk gemaakt; en, zoo 'er Hoeſt en Zinkingen bykomen, eenige ſlikzels uit verzagtende Syropen met wat Tinctuur van *Opium* en van *Alantswortel* gemengd De Lyder mag en behoort zich ook door den geheelen loop der Ziekte van Geiten of Ezelinnen Melk te bedienen, en een verdunnenden, verzachtenden en voedenden levensregel over het algemeen te onderhouden.

In de Hoofdzwymeling (bl. 73.) uit pyn of andere bewegingen der Geeſten ontſtaande, zyn de *O-*

piata

piata en *Cinnabarina* van dienst, als ook een Mixtuur van dezen aart

℞. *Aq. Menthæ*
Serpill. aa unc. II. *& sem.*
Spir. Rorismar. unc. sem.
Liq. Corn Cerv. Succin. dr. I.
Essent. Castorei dr. I. *& sem.*
Syr. flor. Poeoniæ unc. I.
M.

En om de Maag te verbeteren kan, zoo de Hoofd zwymeling uit eene kwade gesteldheid der spyzen of dranken voortkomt, wat gesuikerde *Calmus*, welk somwylen de genezing na eene voorafgegaan *Emeticum* of *Purgans*, kan voltooijen:

Onder de Tandmiddelen bl. 93 kan men zich van zulk een Poeder als het volgende bedienen tegen de aankalking der Tanden:

℞. *Lap. Pumicis unc.* I.
Alum. Crud.
Crem Tartar. aa. dr. IV.
Sang. Dracon. dr. III. *Ol. Caryoph. gt.* XII.
M. F. Pulv.

Of dit: ℞. *Corn. Cerv. usti. Corall ppt.*
Rad. Irid. florent. aa dr. I.
Tart. Vitriolat. scr. II.
Essent. Ambr. gt. XII.
M. F. Pulv.

Of men gebruike wat geroofte en fyngemaakte Oranjeschil gemengd onder een weinigje witten Honig, tot een Conserf; en stryke de Tanden daar mede, of wassche den mond, indien het bederf uit *Scheurbuik* komt, met een Afkookzel van Granaatschillen, gemengd met wat Geest van *Lepelblad*, en wat Tinc-

tuur

tuur van *Gom Lak*, en Honig van *Roozen*, als ook wat *Mel Ægyptiacum*.

Om de Scheurbuik zelve te verzagten of te doen minderen, zyn de Lepelbladen, Waterkers, Mierikswortel, Beekeboom, en andere diergelyken de beste enkelden, die men kan aanpryzen. Of men kan op een half Vat best belegen of wel uitgegist Bier doen zetten twaalf handen vol Lepelbladen, agt handen vol Kruis en Munt, en Salie en Waterkers; twee oncen Oranje- en Citroen-schillen, een half once Nootemuscaat en witte Kaneel, een half pond Mierikswortel en vier oncen Kalfsvoetwortel, en dit voor zyn gewoonen drank nemen, met byvoeging van wat meer of minder Honig, naar elks smaak. Men kan de Lepelbladen ook, of de Waterkers op een boterham eeten, of dezelven, of ook de Mierikswortel op Jenever zetten, en 'er nu en dan een halven of heelen lepel vol van gebruiken, met wat witten Wyn.

Zoo 'er eene zuivering der eerste wegen in deze ziekte nodig is, bediene men zich van de voorheen hier beschryven zoete *Rhabarber-Tinctuur*, en gebruike tot zyn voedzel veel Porceleine, Zuuring, Endivie-, en Latuw- Zaladen. De gedroogde Appelen, Kerssen, Pruimen, Peeren, enz. dienen zeer wel tot Nagerechten. Men spoele den mond dikwils met Azyn en Water, en gebruike tot bevochtiging der Muuren en Wanden ook goeden Azyn, om de Lucht in de Vertrekken te verbeteren. Voor zware hitte en koude behoede men zich, en neme s' morgens, s' middags en 's avonds telkens vyf, zeven of meer van de volgende tegen-scheurbuikige Pillen:

PILULÆ ANTISCORBUTICÆ.

℞. *Extract. Absynth. dr.* III.
Centaur. minor. dr. I.
Rhei opt. dr. I. *sem.*
Pulv. G. Galbani depur. scr. I.
Myrrhæ Elect. scr. I.
M. F. Pilulæ ex dr. II. *No.* XXX.
Dentur usui in scatulâ,
& consperg. c. Pulv. Lycopod.

Wil men zich, volgens bl. 96., van een aangenaam Rookpoeder, tot zuivering der kwade Lucht in de Vertrekken, bedienen, men neme het volgende:

℞. *Olibani & Asæ Dulcis aa. unc.* II.
G. Elemni, Mastich. Styrac.
Sandarac. Labd. Tacamah. aa. unc. I.
Succin. Citrin. dr. VI.
Bacc. Juniper. L. Rhod. Ras. aa. unc. I.
& sem.
Cort. Tamarisc. Cascarill.
Cass. Lign. & Sassafr. aa. unc. sem.
Flor. Ros. r. & Lavendul. aa. M. II.
M.

Zoo men zich zelven van een aangenaam Snuifpoeder wil voorzien, by diergelyke gelegenheid; men gebruike dit:

℞. *Fol. siccat. Major. & Asari.*
Rorism.
Tabaci aa. unc. II.
Flor. Lavend. Rosar. rubr. Cheiri aa. unc. I.
Ol. stillat. L. Rhod. Sassafr. aa. gt. X.

En, ontstaat de besmetlyke Lucht uit het reeds afgestorven Lichaam van den Lyder, men bestrooije het zelve dan met het volgende Poeder:

℞. *Summit. Absynth. & Cent. min. Flor.*
Libr. I.
Herb. Major. Menth. & Rorism. aa.
Libr. sem.
Sem. Coriandr. & Amomi aa. unc. VI.
Flor. Camomill. Melilot. Lavend. aa.
Lib. I.
Rosar. rubr. Libr. sem.
M. F. Species grossa.

AQUA PROPHYLACTICA (bl. 99.)
R. *Rad. Angel. Zedoariæ aa. unc.* I.
Petasitid. Valerian. aa. II.
Fol. Rut. Meliss. Scabios. aa. unc. II.
Flor. Calend. Matricar. Anthos. aa.
unc. sem.
Nuc. Jugland. immat. Libr. I.
Pom. Citr. Libr. I. *Infund. in Acet. Vin*
Libr. XII *& destill. ad med.*

Dit Water is zelfs in Pesttyden een zeer goed behoedmiddel, en zou eigenlyk beter een Azyn genoemd worden.

In 't zelfde geval kan men zich ook bedienen van dit

AQUA EPIDEMICA.

℞. *Rad. Imperat. Petasitid. aa. unc.* IV.
Serpent. Virg. Valer. Sylv. Zedoar.
aa. unc. I. *& sem*
Fol. Meliss. Rut. Scord. aa. unc. III.
Sem. Angel. Levist. Bacc. Laur. & Junip.
aa. unc. II.

Deze destilleert men met drie Gallons *Franschen Brandewyn* naar de kunst.

PUL-

PULVIS ABSORBENS *WEDELII* (bl. 113).

℞. *Antimon. Diaphoret. Corall. rubr.*
Lap. Cancr. Conch. ppt. Cinnab. nat aa. scrup. sem.
Vitriol. Mart. gr. VI. *Extr. Opii gr.* I.
M. F. Pulv. pro Dosibus VI.

Dit is ook een uitnemend Middel tegen de *Hypochondrie* en daar uit voortkomende Ziekten.

PULV. ARI COMPOSITUS.

℞. *Rad. Ari rec. siccat. unc.* I.
Calami & Pimpinell. Saxifr. aa unc. sem.
Ocul. Cancr. & Cinnamom. aa. dr. II.
Sal. Absynth. dr. II. *& sem.*

F. Pulvis: welk, van een scrupel tot een dragme, dient, in een koude, verslymde, en met veel zuur bezette Maag

PULVIS BEZOARDICUS HALLENSIS.

℞. *Antimon. Diaph. Nitr. Depur. Conch. ppt. Tartar. Vitriolat. aa. unc.* I.
Cinnabar. Nativ. ppt. dr. I. *sem.*
M. S. Pulvis.

TINCT. BEZOARDICA. (bl. 113.)

℞. *Rad. Zedoar. unc.* II. *Angelic. Pimpinell.*
—— *Valerian. Calam. Vincetoxic. aa unc.* I.
Herb. Scord. M. III. *Millefol. & Rut. aa. M.* II.
Cort. Citr. Bacc. Juniper. Rad. Costi elect. aa. unc. I.
Caphur. dr. VI. *Myrrh. dr.* III. *Theriac. unc* IV.
Spiriti Vini rectif. Mens. II.

Dit blyve wat staan trekken, en dan distilleere men het in 't zand, tot op een derde nablyfzel, en voege 'er dan by *Spir. Vitriol. vol. unc.* VI. en *Spir. Tartar. vol. unc.* XII. en beware het ten gebruike.

MIXTURA SIMPLEX (bl. 113.)

℞. *Spir. Theriacal Camphorat. unc.* v.
Tartar. rectif. & Vitriol. rectif. aa. unc. 1. *sem.*
M. & Digerantur per triduum.

Dit is een goed zweetmiddel; maar moet niet gebruikt worden, als 'er verstoppingen zyn, als 'er koortst-hitte plaats heeft, of als de Maag met zuure slym beladen is.

ELIXIR PROPRIETATIS. (bl. 113.)

℞. *Croci opt. Aloës Lucid & Myrrh. elect. aa unc.* 1.

Hier op giet men twintig oncen allerbesten gedistilleerden Azyn; en na 12 uuren lang te staan trekken, giet men het Afverwzel af, en voegt nog tien oncen Azyns by 't overschot, welk, mede getrokken zynde, by de voorige gevoegd en te samen tot een derde uitgedampt, en nog krachtiger en balsamieker wordt, als men ze met even zoo veel Alcohol vermengt, als 'er *Tinctuur* is overgebleven. —— Of men giet by de gemelde Gommen en Bloemen, zoo veel gesmolten Wynsteen-zout, tot datze een dikke pap worden, die naderhand, in een besloten fles, op een matig vuur gedigereerd wordt, om de *Aloe* en *Myrrhe* te beter te ontbinden: dan giet men 'er twintig oncen *Alcohol* of anders maar *eens overgehaalden Brandewyn* by, herhalende, na de afgieting van het getrokkene, de opgieting, tot dat 'er geen kleur meer van komt, en dan dampt men alles uit, tot de dikte van *Amandel-Olie*, welk aftrekzel dan zeer dienstig is, in *Hoofd-* en *Maag-gebreken*; tegen wormen, slymen, en scheurbuik, en ter versterking van de Zenuwen, en om de loslyvigheid te bevorderen.

Naardien ook van den *Elixir Viscerale* van HOFFMANN gewag gemaakt is, zo laten wy denzelven hier volgen.

℞. *Ex-*

℞. *Extract. Card. Bened. Gentian.*
Myrrh. & Succin. elect. aa. dr. II.
Sal. Tartar. dr. III. *Ol. destill. Menthæ & de Cedro aa. gt.* XX.
Vin. Hispan. Libri I. M. F. *S. A. Elixir.*

De Heer ROSEN VAN ROSENSTEIN, *Lyf-Medicus* van den Koning van *Zweden*, geeft ons eene andere beschryving van eenen *Elixir Viscerale*, door welke zyne Majesteit de thans regeerende Koning zelve, van een zwaar *Diarrhæa en Kolyk* genezen is. Dezelve word dus bereid:

℞. *Extract. Card. Bened. Cent. min. dr.* II.
Flav. Cort. Aurant. rec. unc. sem.
Rad. Gentian. rubr. dr. III.
Myrrh. Caryoph. Arom. aa. dr. II.
Croc. dr. I. *Sal. Tartar. unc. sem.*
Vin. Alb. Portugall. Libr. I.

Digere per biduum in loco calido ut F. Elixir.

De *Essentia Myrrhæ Simpl.* (bl. 113.) wordt op dezelfde wyze bereid, als de meer samengestelde *Elixir Proprietat.*

ACETUM BEZOARDICUM.

℞. *Bacc. Laur. & Juniper. aa. unc. sem.*
Rad. Angel. Dictamn alb.
Enul. Ostrut. Pimpin. & Tormentill.
Valer. Vincetox. & Zedoar. aa. dr. VI.
Fol. Rut. Salv. Scord.
Flor. Lavend. Meliss. & Rosar. aa unc. sem.
Flav. Cort. Citr. & Aurant. aa. dr. III.
L. Sassafras & Santall. Citr. dr. II.
Caryoph. Macis & Myrrhæ aa. dr. sem.

Grof gestooten zynde, giet men hier op drie Ponden Azyns, die op Nagelbloemen getrokken is, en, als het warm eenige dagen lang heeft staan trekken, giet men het, ten gebruike, door.

Op bladz. 120. is 'er eene beschryving van den *Azyn der Vier Rooveren* medegedeeld; doch by MEZERAI in zyn *Fransche Veld-* of *Leger Apotheek*, (*bl.* 125. *D.* 1.) vind men den volgenden

VINAIGRE DE QUATRE VOLEURS.

℞. *Flor. & Capit. Absynth. Rom. v. comm.*
Fol. Menth. Rutæ aa. dr. I.
Flor. Lavend. dr. VI.
Rad. Allii, & Calam. Aromat.
Cort. Cinnamom. Caryophyll.
Nuc. Moschat. aa. dr. I.

Concis. & cont. adde Acet. Vin. fortiss. Pint. I. *& sem. digerent. & postea exprim. & filtrato Liquori adde*

Caphuræ in Sp. Vin. solut. dr. II.

Men wascht 'er van tyd tot tyd den mond en de neusgaten mede, snuift 'er wat van op, ja neemt 'er zelfs een lepel vol van in.

In de hartklopping op bl. 130. gemeld, waar aan zeer verdienstige Mannen somwylen veel te lyden hebben, onder welken wy dezen en genen Leeraar van uitstekende gaven kennen, zoo de oorzaak uit volbloedigheid ontstaat, laat men eerst eene aderlating in 't werk stellen, of eenige Koppen zetten; en neemt dan *Acida*, als *Spir. Nitri Dulc. Spir. Sal. dulc. Tinct. flor. Papav.* enz. tot Geneesmiddelen. Ontstaat de Ziekte uit een taai of geronnen bloed, uit kliertjes, uitwassen, vleeschproppen of verharde gezwellen in 't harte, of uit ontstekingen en verzweringen, zoo is 't noodig, dat men *Resolventia* gebruike, als onder anderen dit Poeder:

℞. *Antim. Diaphor. dr.* I. *Lap. Cancr. scr.* I.
Mandibul. Luc. Pisc. dr. sem.
Croci & Flor. Sulph. aa. gr. XV.

M.

Dit

Dit Poeder moet men in vier reizen gebruiken.

De taaiheid van het bloed en daar uit ontſtaane hartklopping wordt weggenomen of verbeterd door *Diluentia*, als de *Infuſien* van *Veronica*, *Meliſſe*, *Salie*, *Scordium*, *Saſſafras*, *Lepelbladen*, *Bekeboom*, en *Waterkers*. Maar, komt de hartklopping uit eene *Inflammatie*, zoo zyn eene aderlating, en daar na de *Reſolventia* en *Balſamica* zeer dienſtig. Is 'er eene kramptrekking oorzaak van, dan kan men *Antiſpasmodica* gebruiken, by welken gemengd konnen worden eenige *Anodyna* en *Opiata*. Heeft de kwaal de Wormen tot haren oorſprong, dan zyn bittere, zuure, en balſamieke Middelen van dienſt; en een Pleiſter van de *Ranis c. Mercurio*, of uit *Pomade* met wit waſch en levenden Kwik bereid, wordt dan ten uitwendigen, en het ſap van Schurftkruid, Knoflook, Mierik, en Kers, wordt dan ten inwendigen gebruike, ſomwylen, met wonderbaar goed gevolg, gebezigd.

PULV. MARCHIONIS (bl. 131.)

℞. *Rad. Pæoniæ Maris*, *unc. ſem. Margaritar. Spod.* & *Viſc. Quercin. Corall. alb.* & *rubr. Raſ. Ebor. Ungul Alcis* & *Unicorn. ppt. aa. dr.* I.
Fol. Auri No. XX.
M. F. Pulv.

BALS. VITÆ HOFFMANNI (bl. 131.)

℞. *Ol. ſtill. Lavendul. Majoran.* & *Caryophyllor. aa. ſcr.* I.
Maceris ſcr. II. *Cinnam. gt.* XXIV.
Rutæ & *Succin. alb. aa. ſcr.* I. & *ſem.*
Cort. Citri ſcr. I.

Deze

Deze Olien mengt men by elkander, en als men den *Balsem* hebben wil, giet men tien droppelen van dit mengzel by een once overgehaalden *Brandewyn*, en een half *Drachme Balsem van Peru.*

SPIR. SAL. AMMONIAC. VINOS. & AROMATIC.

FRED. DEKKER (bl. 131.)

℞ *Sal. Ammoniac. triti & cribati, Libr. sem. solv. in Sp. Vin. unc.* VIII. *Sal. Tart. pulv. Libr. sem. solv. in Sp. Vin. Generos. unc.* XII. meng deze *Solutien* en giet ze in een Kolf, waar by dan de volgende *Species* gevoegd wordt: *Rad. Angelic. unc. semis. Fol. Menth. crisp. Majoran. aa. dr.* III. *Sem. Foenic. Bacc. Juniperi aa. unc.* I. *Nuc. Moschat Croci opt. Origan. Cretic. aa. dr.* II. *Sem. Cardam. maj. Spic. Nard. aa. dr.* I. zet 'er dan schielyk den Helm op, destilleer 'er den vluggen Geest van; die, in een welgesloten glas, ten gebruike, moet bewaard worden.

Aldus hebbe ik het Werkje ten einde toe doorloopen, en de opgegeven Voorschriften, met nog verscheide anderen vermeerderd; veel zoude 'er nog kunnen bygevoegd worden, wilde men over alles handelen, wat 'er slegts nog in aangestipt is; doch dit zoude ons te veel doen uitweiden, en 't werkje te zeer doen uitdyen. Men vergenoege zich met het opgegevene, waar onder nog al verscheide zaken zyn die der beproeving waardig gekeurd zullen worden, en de Verwachtingen der Lyderen niet te leur zullen stellen.